

Tot dist	Dist	Off Trail	Terrain	est days	Communities	Services	Phone #	Addresses	Water	
0.0	0.0				NB Boundary					Additional 19.5km from Edmundston
14.2	14.2	0.5	A/B	0.6	Degelis	Metro		605 Ave Principale	4	
14.2						Canada Post		855-8 Rue O		
30.3	16.1	0.5	A/B	0.6	Temiscouta sur le lac	Intermarcher Coop		2396 Rue Commerciale Sud	4	
43.0	12.7	0.5	A/B	0.5	Cabano	Camping Cabano	418-854-9133	1155 Ch du Golf Quartier	4	
43.0		0.5				Metro		633 Rue Commerciale	4	
43.0						Camping Temillac Inc	418-854-7660	33 Rue de la Plage	4	
52.4	9.4	2	A/B	0.4	St Louis du Ha Ha	Camping des Huarts	418-854-3563	50 Route Beausejour	4	
52.4		0.1				Epicierie Chez Nancy		167 Rue Raymond	4	
52.4						Canada Post		249 Rue Commerciale		
103.8	51.4	0.75	A/B	2.1	St Modeste	Camping St Modeste	418-868-0383	230 Route de la Station	4	
123.7	19.9	Ferry	A/B	0.8	Riviere du Loup	Camping du Quai	418-860-3111	70 Rue de L'Ancre	4	
123.7						Camping Lido	418-862-6933	928 Ch Riviere Verte	4	
123.7						Centre Hospitalier Grand-Portage		75 Rue St Henri		
123.7		0.75				Canadian Tire		237 Boul de L'Hotel d Ville		
123.7		0.75				Walmart		100 Rue des Cerisiers	4	
123.7		0.75				IGA		254 Boul de L'Hotel de Ville	4	
123.7		0	D/E		St Simeon	Camping sur la Falaise sur Mer	418-638-3838	148 Rue St David	4	
123.7		0				Bonchoix Market		352 Rue St Laurent	4	
123.7						Camping Municipal de St Simeon	418-638-5253	120 Rue du Festival	4	
123.7						Camping Famille Morin	418-514-9268	1640 HWY 138	4	
123.7						Lakes along trail		Lakes	3	
236.7	113.0		D/E	4.5		Poste D'Accueil St Urbain (de la ZEC)			4	Back Country Registration
244.2	7.5		A	0.3	Le Pied-des-Monts	Camping Pied-des-Monts		322 Rue St Anne	3	
256.2	12.0		A	0.5	Gite La Bougie Verte	Gite	418-639-2286	68 Rang Saint Francois, St Urbain	4	
265.2	9.0		A/D/E	0.4	St Urbain	Canada Post		322 Rue St Anne	4	
265.2						L'Inter Marche		856 Rue Saint Edouard	4	
265.2		Alt-30	A		La Malbaie	Villa des Erables Camping	418-665-4212	635 Cote Bellevue	4	
265.2		0.25				Metro		375 Boul de Comporte	4	
265.2						Hospital La Malbaie		303 Rue St Etienne		
265.2		0.25				Provigo groceries		25 Boul Kane	4	
265.2		0				Camping au Bord de la Riviere	418-665-9999	1520 Boul Comporte	4	
265.2		Alt-42			using HWY 381	Canadian Tire		375 Boul de Comporte	4	
293.7	28.5		E	1.1	Baie St Paul	IGA		1020 Mgr Laval	4	
293.7						Le Genevrier Cabins and Camp	418-435-6520	1175 Boul Mgr de Laval	4	
293.7						Centre Hospitalier de Charlevoix		74 Rue Ambroise		
361.0	67.3	4.5	B	2.7	Saint-Tite-des-Caps	Marche Bonichois	418-823-2314	299 Avenue Royale	4	Carte des pistes - www.sentierdescaps.com/wp-content/uploads/2018/11/Format-11x17_nov_2018_HD.pdf
316.2	22.5		B	0.9	St Anne de Beupre	IGA		10505 Boul St Anne	4	
316.2		Alt-30	A		use HWY 138	Canada Post		11155 Rue Beauregard		
316.2						Houses along HWY		Houses	3	
316.2		0				Camping Turmel	418-824-4311	7000 Boul St Anne	4	
327.7	11.5	0	A	0.5	Chateau Richer	Hospital St Anne de Beupre		11000 Rue des Montagneards	4	
336.4	8.7	0-alt	A	0.3	L'Ange Gardien	Camping Laux aux Flambeaux	418-827-3977	25 Rue Pare	4	
336.4						Marche Richelieu		6446 Ch Royale	4	
341.8	5.4		A	0.2	Boischatel	Canada Post		2850 Boul Hoghelaga		
357.4	15.6	ferry	A	0.6	Quebec	Canada Post		5304 Ch Royale		
357.4						Hotel de Dieu CRCEO		11 Cote du Palais		
357.4						Canadian Tire		205 Ave Joseph Casavant		
357.4						Running Room/ Coin des Coureurs		1049 Ave Cartier		
357.4						MEC		1475 Boul Lebourgneuf		
357.4		0.75				Epicierie Richard		42 Rue des Jardins	4	
359.4	2.0	1	A	0.1	Levis	Latulippe store	418-529-0024	637 St Vallier Ouest	4	
359.4						IGA		53 Route du President Kenedy	4	
359.4						Hopital Levis	418-835-7121			
359.4						Canada Post		4870 Boul Guillaume Couture		
371.4	12.0	0	A	0.7	St Romuald	Canadian Tire		100 Route du President Kenedy	4	
371.4		0.5	A			Canadian Tire		600 Rue de la Concorde	4	
371.4		0				Walmart		700 Rue de la Concorde	4	
383.6	12.2	5	B	0.7	St Nicholas	Metro		8032 Ave des Eglises	4	
383.6						Camping Bernieres	418-831-8665	1012 Ch Olivier	4	
397.6	14.0	0.5	A	0.8	St Agapit	Canada Post		1332 Rue de la Chaudiere		
410.6	13.0	0.1	A/B	0.7	Dosquet	Marcher Tradition		1145 Rue du Centenaire	4	
410.6						Marche Omni		174 Route St Joseph	4	
423.6	13.0	2	B	0.7	Lyster	Canada Post		110 Rue Bibeau		
423.6		5				Intermarcher Lyster		2805 Rue Becancour	4	
445.4	21.8	0.75	A	1.2	Plessisville	Camping Tropiccal	819-389-1225	430 Ch Sault Rouge	4	
445.4		3				IGA		1971 Rue Bilodeau	4	
445.4						Camping Mon Plaisir	819-362-7591	149 Route de St Sophie	4	
453.9	8.5	0	A	0.5	Princeville	CLSC de L'Erable		1353 St Calixte		
453.9		0.5				Camping Plage des Sables	819-364-5769	1450 HWY 116 Ouest	4	
467.0	13.1	0.5	B	0.7	Victoriaville	IGA		355 Rue St Jean Baptiste	4	
467.0						La Manne Groceries		194 Notre Dame St E	4	
467.0		0.5				Hopital Hotel-Dieu d'Arthabask a	819-357-1151			
467.0		0.5				Marcher Quartier Notre Dame		102 Boul des Bois Francs	4	
482.9	15.9	0.75	A/B	0.6	Warwick	Marcher D'Antan		49 Notre Dame St E	4	
496.3	13.4	2.5	B	0.5	Kingsey	IGA groceries		10 Rue du Centre Sportif	4	
502.3	6.0	0.1	B	0.2	Danville	Camping des Pins	819-839-2648	379 Boul Kingsey	4	
502.3		2				Supermarche WF		Rue Daniel Johns	4	
521.8	19.5	1	B/C	0.8	Richmond	wild camp 2km South of town				
521.8		2.5				Camping Melbourne 2000	819-826-6222	1185 Rue Belmont, Melbourne	4	
521.8						Camp Mont Scotch Hill	819-839-1572	152 Ch Scotch Hill	4	
521.8		0.5				CLSC Pavillon Barlow		110 Rue Barlow		
540.3	18.5	0	A/B/C	0.7	Windsor	Maxi groceries		44 Rue Craig	4	
540.3						Marcher General		14 Rue Principale	4	
540.3		0				Camping Watopeka	819-348-6396	Rue du Moulin	4	
557.3	17.0	0.5	A/B	0.7	Bromptonville	CLSC Pavillon St Louis		23 Rue Ambroise Deardins		
569.8	12.5		A/B	0.5	Sherbrooke	IGA groceries		50 Rue Bourgeois	4	
569.8						Hospital CHUS site Fleurimont		3001 12 Ave Nord		
569.8						Canada Post		50 Place de la Cite		
569.8						Canadian Tire		4050 Boul Josaphat Rancourt		
578.1	8.3	0.5	A/B	0.3	Lennoxville	Maxi groceries		150 Rue des Grandes Fourches Sud	4	
578.1		0.5				Provigo groceries		169 Queen	4	
578.1		0.5				camping de L'ile de Marie	819-820-0330	225 Rue St Francis	4	
592.7	14.6	0.1	A/B	0.6	North Hatley	Farmer's Market		Ch Capelton	4	
608.5	15.8	0.75	A/B	0.6	Rock Forest	Camping Beaulieu	819-864-4531	5153 Ch St Catherine	4	
611.3	2.8	3	A/B	0.1	Deauville	Camping Deauville	819-864-4309	4775 Rang 8 Nord	4	
611.3		2.5				Camping Lac Magog	819-864-4401	7255 Ch Blanchette	4	
628.5	17.2	0.5	A/B	0.7	Magog	Metro plus groceries		460 Rue St Patrice Ouest	4	
628.5		0.5				Domaine du Parc Estrie	819-868-6944	19 Rue du Domaine	4	
628.5						Magog Hospital				
628.5		0				Epicierie Lussier		92 Rue de Hatley	4	
644.4	15.9	1	A/B	0.6	Cherry	Parc national du Mt Orford		3321 Ch du Parc	4	

Le Petit Temis
<https://www.petit-temis.ca>

? RESERVATION ? La Traversée de Charlevoix
<https://www.traversedecharlevoix.qc.ca/>

? RESERVATION ? Sentier des Caps

Parc Lineaire des Bois-Francs

Parc Lineaire des Bois-Francs

La Contonniere

Les Grandes-Fourches

La Montagnarde

665.2	20.8	1.5	A/B	0.8	Eastman	Marche Tradition groceries		382 Rue Principale	4	
665.2		0				Camping Leroux	819-620-6632	1050 Ch des Diligences	4	
665.2		2				Camping Normand	450-297-2014	62 Ch Normand	4	
665.2		1.5				camp du Lac d'Argent	450-297-4466	1068 Ch des Diligences	4	
684.3	19.1	1	A	0.8	Waterloo	Metro Iussier		4615 Rue Foster	4	
684.3		0.5				Camping de L'Estrie	450-539-3728	630 Ch de Frost Village	4	
694.0	9.7		A	0.4	Bromont	Camping velo	450-776-3864	531 Ch Saxby	4	
694.0		1				Parc Bromont camping	450-534-2712	24 Rue Lafontaine	4	
707.0	13.0		A/B	0.5	Granby	Hospital Piedmont Yamaska		Boul Leclerc Ouest	4	
707.0		1.5				Granby camping	450-372-6639	310 Rue Robitaille	4	
707.0		0.1				IGA		310 Rue Denison E	4	
707.0		0.75				Maxi groceries		370 Rue St Jacques	4	
730.7	23.7		A/B	0.9	Farnham	IGA		999 Rue Pricipale Est	4	
730.7		2				Mon Repos camp	450-293-6318	430 Rang St Georges	4	
730.7		0.1				Metro		450 Rue Megis	4	
757.8	27.1		B	1.1	StJean sur Richelieu	Hospital Haut Richelieu		920 Boul du Seminaire	4	
757.8		0.5				Pasquier groceries		87 Boul St Luc	4	
757.8						Canadian Tire		600 Pierre Caisse	4	
778.4	20.6	0	A/B	0.8	Chambly	Metro groceries		1233 Boul Perigny	4	Canal de Chambly
778.4		0				Maxi groceries		1601 Boul de Perigny	4	
787.4	9.0	1	A/B	0.4	St Hubert	Maxi groceries		7900 Boul Cousineau	4	
794.7	7.3		A	0.3	Longueuil	Hospital Pierre Boucher		1333 Boul Jacques Cartier Est	4	
794.7						Canadian Tire		2211 Roland Therrien Boul	4	
794.7						Provigo groceries		1150 Rue King George	4	
794.7						MEC		4896 Boul Taschereau	4	
821.2	26.5		A	1.1	Montreal	Hospital				
821.2						MEC		4394 Rue St Denis		
821.2						Canada Post		1974 St Catherine O		
821.2						Canadian Tire		3025 Sherbrooke St E		
821.2						Running Room/ Coin des Coureurs		1 Place Ville Marie		
821.2						MEC		8989 Boul de l'Acadie		
821.2		0				Groceries Adonis		225 Peel	4	
821.2						Auberge de Jeunesse de Mont.	514-843-3317	1030 Rue MacKay	4	
868.7	47.5	0	A/B	1.9	Terrebonne	Camping aux 5 Etoiles	450-471-6266	1770 Cote Terrebonne	4	
868.7		0				Soberys		1101 Boul de la Pinierie O	4	
868.7						IGA		675 Boul des Seigneurs	4	
882.5	13.8	0.5	A/B	0.6	Bois des Filions	IGA		50 Montee Gagnon	4	
890.7	8.2		A/B	0.3	Rosemere	Hospital Moderie Sylvie		132 Boul Labelle		
890.7		Alt-38	A		Laval	Hospital				
890.7		1				Walmart		2075 Boul Chomeley	4	
890.7						Canadian Tire		5205 Boul de Val-des-Brises		
890.7						cut thru town		2615 Boul Daniel-Johnson		
890.7						MEC		348 Ch la Grande Cote	4	
890.7		0.5				Metro		401 Boul Cure Labelle	4	
890.7						Walmart		290 Rue Montigny		
919.9	29.2		B	1.2	St Jerome	Hospital Hotel-Dieu		1110 Boul du Grand Heron	4	
919.9		2				Camping Lac Lafontaine	819-431-7373	380 Place de Cure Labelle		
919.9						Canada Post		900 Grignon Boul		
919.9		1.5				Canadian Tire		Rue St Antoine	4	
931.9	12.0	0	B	0.5	Prevost	IGA		2635 Boul du Cure Labelle	4	
931.9						Canada Post		759 Rue de la Station		
943.7	11.8		B	0.5	St Adele	Canada Post		3007 Rue St Charles		
943.7						Bonichoix groceries		940 Rue St Georges	4	
951.0	7.3	0.2	B	0.3	Le Fer A Cheval	Canada Post		1727 Ch Pierre Peladeau		
959.2	8.2	0.5	B	0.3	Val David	Metro groceries		2500 Rue de l'Eglise	4	
959.2						Auberge de Jeunesse	819-322-1972	1451 Rue Beaumont	4	
959.2		2				Camping Laurentien	819-322-2281	1949 Rue Guertin	4	
966.2	7.0		B	0.3	St Agathe	Hospital Lautentien		234 Rue St Vincent		
966.2		1.5				Walmart		400 Rue Laverdure	4	
966.2		0.5				Metro		1050 Rue Principale	4	
966.2		2				parcs des campeurs	819-324-0482	Route 329 Sud & Lac des Sables	4	
966.2		2				domaine lausanne	819-326-3550	150 hwy 117	4	
989.4	23.2	2	A/B	0.9	Lac Carre	Camping DesJardins	819-688-2179	1030 Rue Pisciculture	4	
989.4		0.1				Bonichoix groceries		1871 Rue Principale	4	
1002.3	12.9	1.5	A	0.5	St Jovite	IGA groceries		412 Hwy 117	4	
1002.3		1				Camping Boreal	819-425-1043	55 HWY 117	4	
1025.5	23.2	0	A	0.9	Labelle	Labelle et la rouge camp	819-686-1954	252 Des Geais Bleus	4	
1025.5		0				Chutes aux Iroquois camp	819-686-2337	36 Rue du camping	4	
1025.5		0.15				Bonichoix groceries		55 Rue du Pont	4	
1047.8	22.3	0	A	0.9	Riviere Rouge	Camp Fou du Roi	819-275-0085	1720 Rue Landry	4	
1047.8						IGA		1395 Rue L'Anonciation	4	
1047.8						Hospital		Rue L'Annonciation		
1065.5	17.7	1	A	0.7	Nominique	Camping Baie du Soleil	819-278-3888	3236 Ch du Tour du Lac Nom.	4	
1065.5		0.5				Bonichoix groceries		2229 Ch du Tour du Lac	4	
1065.5						Canada Post		2277 Ch du Tour du Lac		
1075.2	9.7			0.4	Intersection with Rue St Anne	Houses		Houses	4	
1082.9	7.7		A	0.3	Lac Saguy	Crevier Depanneur		237 HWY 117	4	
1094.3	11.4	1.5	A	0.5	Kiamika	Camp Manitou	819-585-2203	63 Ch Poulin	4	
1108.3	14.0	0	A	0.6	Val-Barrette	Canada Post		199 Rue Helle		
1108.3		0				Depanneur Lortie		524 Boul St Francois	4	
1121.3	13.0	0	A	0.5	Mont Laurier	IGA groceries		101 rue Hebert	4	
1121.3						Hospital Antoine Labelle		2561 Ch de la Lievre Sud		
1121.3		2				Camping JoAn	819-436-3005	3148 Monte des Whissels	4	
1121.3		1				Domaine du p'tit Rouillon	819-623-4619	2395 Ch du Campeur	4	
1155.3						Lac Charlebois		Lake and houses	3	
1155.3	34.0		A	1.4	Grand Remous	Shell-depanneur		1195 Trans Canada hwy	4	
1155.3		1				Camping de la Vieille	819-435-2141	Ch Basketon	4	
1155.3		0.5				Canada Post		1164 HWY 117		
1188.1						Lac St Joseph		Lake and houses	3	
1188.1	32.8		C	1.3	Maniwaki	Hospital de Maniwaki		309 Boul Desjardins		
1188.1		1.5				Canada Post		26 Ch de Farley		
1188.1		0.5				Maxi groceries		170 Rue Principale4	4	
1205.7	17.6	0	C	0.7	Messines	Depanneur Messines		119 Rue Principale	4	
1205.7		0				camp plein aire 3063	819-465-2459	16 Ch Lac Grenon	4	
1212.9	7.2	Alt	A	0.3	Blue Sea	Canada Post		18 Ch de Blue Sea		
1225.7	12.8		B/C	0.5	Gracefield	CLSC de Gracefield		12 Rue Principale		
1225.7		0				Bivouac de l'ancien	819-463-0869	92 Rue Principale	4	
1225.7						Canada Post		15 Rue Principale		
1225.7		0				Metro groceries		27 rue Principale	4	
1225.7		1	A/C		Wright	Camping Pioneer	819-463-4163	180 HWY 105	4	
1266.0	24.3			1.0		Lac Flat		Lake	3	
1241.7	16.0		A/C	0.6	Low	O'connor depanneur		304 Route 105	4	
1293.5	27.5		A/D	1.1	Wakefield	Hospitalier Gatineau memorial		101 Burnside		
1293.5						Auberge de Jeunesse	819-459-3180	66 Ch Carman via HWY 105	4	
1304.6	11.1	0		0.4	Gatineau Park	Camp-Lac Philip		Rue Lac Philip	4	
1304.6						Pont Alexandra		540 Boul St Joseph	4	
1304.6						Canadian Tire		215 Boul du Plateau	4	
1351.6	47.0		A	1.9	Hull-Gatineau	IGA Groceries		1130 Boul St Joseph	4	
Total:	1418.9			58.6						

L'estrieade
La Montrenglade
Canal de Chambly
V. de Longueuil et Carignan
V. de Montreal
V. de Montreal
Trans-Fermeuse
Parc Lineaire Le P'tit Train du Nord
HWY 117
Sentier K'tign et Veloroute des Draveur
Parc de la Gatineau