



Grand randonneur du Sentier national au Québec

Le Sentier national au Québec

Le Sentier national est le projet du plus long sentier de randonnée pédestre qui, une fois terminé, traversera le Québec d'un bout à l'autre. Il s'intègre au Sentier national du Canada qui reliera éventuellement le Pacifique à l'Atlantique, par voie exclusivement pédestre.

Il peut se parcourir en randonnée d'un jour ou en longue randonnée, en été et même en hiver pour plusieurs sections. Des sites de camping, des refuges, des chalets ou des appentis (lean-to) sont accessibles sur la majorité des sections.

Suivez-en l'évolution sur le site Internet ou en lisant la revue Marche-Randonnée.

Le programme

Accessible à tous les membres de la Fédération québécoise de la marche, ce programme gratuit vise à vous faire découvrir toutes les sections existantes du Sentier national au Québec (SNQ), tout en récompensant vos efforts. Un certificat et un écusson seront remis lors de l'atteinte de chaque niveau.

- **1^{er} niveau** : vous devez avoir parcouru au complet un sentier du SNQ dans chacune des huit régions qu'il traverse, tout en accumulant un minimum de 100 kilomètres au total.
- **2^e niveau** : vous devez avoir obtenu le 1^{er} niveau et avoir parcouru au moins 500 kilomètres sur le SNQ.
- **3^e niveau** : vous devez avoir obtenu le 2^e niveau et avoir parcouru 1000 kilomètres sur le SNQ.
- **4^e niveau** : vous devrez avoir parcouru le SNQ au complet. Ce niveau ne sera accessible que lorsque le sentier sera complété d'un bout à l'autre.

Pour participer au programme, il suffit de vous inscrire par courriel en envoyant vos noms et numéro de membre, ou par téléphone. Un fois inscrit, vous recevrez la liste officielle des sentiers admissibles et serez ensuite informés par courriel ou par courrier, des modifications à cette liste ainsi que des fermetures éventuelles de sentier à cause de leur condition.

À chacune de vos randonnées, inscrivez la date à laquelle vous avez complété un sentier, au verso de la liste officielle. Quand vous aurez complété un niveau, envoyez-nous cette liste dûment remplie et signée, par courriel ou à l'adresse au bas de cette page.

**Vous êtes nos yeux
sur le terrain !**

Merci de nous aviser de tout
problème rencontré lors de
vos randonnées.

Inscrivez-vous
dès maintenant !



Les règlements

Pour qu'un sentier soit admissible :

- Il doit figurer sur la liste officielle.
- Vous devez le parcourir après votre inscription au programme tout en étant membre de la Fédération.
- Vous devez le parcourir au complet, à pied, en raquettes ou à ski (selon le sentier). Vous pouvez le parcourir en plusieurs petites sections, mais il doit avoir été parcouru au complet avant d'être admissible.
- Il doit être ouvert. Il se peut que nous fermions temporairement un sentier pour des raisons de sécurité. Attention également aux périodes de fermeture dues à la chasse ou aux saisons. Il est de votre responsabilité de vérifier ces périodes de fermeture.

Le kilométrage admissible est la longueur du sentier indiquée sur la liste, peu importe la distance que vous aurez réellement parcouru. Chaque sentier ne peut être compté qu'une seule fois. Par exemple, si vous faites un sentier aller-retour, il ne comptera qu'une seule fois.

Lorsque des tronçons en Gaspésie seront ouverts, vous devrez en parcourir au moins un pour atteindre le prochain niveau.

Lorsqu'une nouvelle liste est mise à jour, les sentiers déjà parcourus demeurent admissibles (avec leur longueur originale), même s'ils n'apparaissent plus sur la nouvelle liste ou si leur longueur a changé.

Recommandations

Le Sentier national est un sentier en milieu sauvage qui peut parfois être long et difficile, et dont certaines sections peuvent être isolées, peu fréquentées ou peu entretenues. Vous êtes responsable de votre sécurité.

Il est de votre devoir d'y aller selon votre expérience et de bien vous préparer. Des cartes ou des topoguides sont disponibles pour la majorité des sentiers. Contactez la Fédération québécoise de la marche pour les obtenir.

Conclusion

Le Sentier national est construit et entretenu en grande partie par des bénévoles, et ce, pour votre plaisir. Si vous désirez donner un coup de main ou même avoir la fierté d'en parrainer une section, n'hésitez pas à communiquer avec nous.

N'hésitez pas à nous envoyer vos photos prises sur le SNQ en toutes saisons. Vous courrez la chance de les voir publiées dans nos différentes publications.

Bonnes randonnées !

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE LA MARCHÉ
4545, av. Pierre-De Coubertin
C.P. 1000, succ. M
Montréal (Québec) H1V 3R2

Tél. : 514 252-3157 ou 1 866 252-2065
Télécopieur : 514 252-5137

Courriel : sentiernational@fqmarche.qc.ca
Site Internet: www.sentiernational.qc.ca