

A photograph of four people hiking in a forest. From left to right: an older man in a red jacket, a man in a blue hoodie, a woman in a blue jacket laughing, and a woman in a grey jacket. They are all smiling and appear to be enjoying their hike. The background is a lush green forest.

Programmation des groupes de marche

Groupes connus en Capitale-Nationale
(Québec, Portneuf et Charlevoix)

Répertoire des groupes de marches connus des conseillères Viactive de la Capitale-Nationale. À noter que bien d'autres groupes peuvent exister.

Québec

Ça marche Doc!
870, avenue De Salaberry,
bureau 235, Québec

Samedi 10h00 à 11h00
Tel. : 418 525-0660, poste
2350



*Lieux différents
chaque semaine!*

**Club de marche Loisirs du
Plateau**
8815, avenue Jean-Paquin,
Charlesbourg

Mercredi 12h45 à 15h30
Tel. : 418 624-7220
loisirsplateau@gmail.com

**Club de marche Centre
communautaire Jean-Guy
Drolet – Les amis au pas**
16, rue Royal-Roussillon,
Limoilou

Vendredi 10h00
Tel. : 418 529-2825, poste 202
Courriel : info@ccjgd.ca



**Groupe de marche nordique
Fadoq Bonne Entente**
Boisé des compagnons-de-
Cartier, Ste-Foy

Lundi : 13h30
Tel. : 418 650-9040
(Linda Marin)

Courriel : linda.marin@live.ca



**Club de marche Loisirs du
Jardin**
5295, rue des Violettes,
Charlesbourg

Lundi au vendredi 9h00 à
10h00
Tel. : 418 624-7748, poste 1
Courriel :
info@loisirsdujardin.com



**Groupe de marche nordique
Fossambault sur-le-lac**

Centre communautaire
Desjardins
Jeudi 13h30
Tel. : 418 875 3133, poste 247
Courriel :
info@fossambault.com



**Groupe de marche nordique
L'AREQ 03D des deux rives**

Mardi 11h, aux promenades
Samuel de Champlain
Tel. : 418 858 0149
Courriel :
agosselin9@hotmail.com



**Groupe de marche nordique
Fadoq Notre-Dame-de-
L'Espérance, Charlesbourg**

Lieu : Parc de la Rivière
Beauport
Mercredi 10h
Tel. : 418 877 8526
Courriel :
lorkari@hotmail.com



**Club de marche Place
Laurier (Intérieur)**
2700 boul. Laurier, Québec

Lundi, mercredi et vendredi
matin
Tel. : 418 476-4280
Courriel :
info@clubdemarchelaurier.com

Québec suite

**Groupe de marche nordique
du Club Sportif 50 + de
Saint-Augustin**
390, Route 138, Saint-
Augustin-de-Desmaures

Lundi 9h30

Lieu : Maxi de St-Augustin

Tel.: 418 878-3811



**Groupe de marche nordique
l'Entraide du Faubourg
(Plaines d'Abraham)**

Vendredi pm

Tel. : 418 522-2179

Courriel :

animation@entraide-faubourg.org

Club de marche de Québec
161, rue Aimée-Lantier,
Loretteville, Québec

Lundi 9h30 à 11h00

Tel. : 418 842-3565

(Manon Dion)

Courriel :

manon.dion22@videotron.ca

**Club sportif 50+ de Cap-
Rouge**
4473, rue St-Félix,
Cap-Rouge

Courriel :

info@clubsportif50cr.org

Programmation de 16 activités
physiques différentes



**Club de marche Loisirs
Lebourgneuf**
1650, boulevard de la
Morille, Lebourgneuf

Mardi et jeudi 13h00 à 14h30

3 niveaux (4, 5 ou 6 km)

Tel. : 418 641-6686, poste 1

Courriel :

information@loisirslebourgneuf.net



**Groupe de marche avec
bâtons (payant)**
Loisirs Duberger-Les Saules
2341, rue de la Rivière du
Berger

Lundi 9h30 et jeudi 9h

Tel. : 418 682-2429



**Club des grandes marches,
FADOQ St-Brigitte de Laval**

Départ au stationnement de
l'église de Ste-Brigitte-de-Laval

Mardi 9h30

Tél. : 418 576-8109

(Sylvie Houde)

Courriel : sy.houde@hotmail.com



**Groupe de marche nordique
Loisirs Montcalm**
Lieu : 265 Boulevard René-
Lévesque O

Du 5 mai au 2 juin de 10h
à 11h

Tel. : (418) 523 6595, poste
201



**Groupe de marche nordique
Loisirs Duberger-Les Saules
(gratuit)**
2341, rue de la Rivière du
Berger

Possibilité de différents
départs dans le quartier

Tel. : 418 682-2429



Québec suite

Groupe de marche des Loisirs Lac-Beauport

50, Chemin du Village
Tel. : 418 849-7141, poste 283
Courriel :
kgauthier@lacbeauport.net

Groupe de marche nordique Lac Beauport

Sentier de L'Éperon
Mardi 10h
Tel. : (418) 849-7141 poste
283
Courriel :
kgauthier@lacbeauport.net



Portneuf

Groupe de marche nordique Lac-Sergent

Lieu de départ : stationnement
de la chapelle
Mercredi 13h30



Facebook : Aînés actifs à Lac-
Sergent



Club de marche de la FADOQ L'Oasis de Neuville

Marais Léon-Provancher
Horaire variable
Tél. : 418-876-5666
(Andrée Paquet)
Courriel :
nagepaquet@hotmail.com



Club de marche de la FADOQ St-Alban

Église Saint-Alban
Lundi: 10h
Tél. : 873-255-7524
(Micheline Lecours)
Courriel :
michben143@hotmail.com

Charlevoix



**Groupe de marche
Club Bon Cœur de
Charlevoix**
63, rue Ambroise Fafard,
Baie-Saint-Paul

Lundi, mercredi et jeudi 13h30
Tél. : 418 240-9999
Courriel :
boncoeur@charlevoix.net

**Groupe de marche de Ste-
Tite-Des-Caps**
parc municipal de Ste-Tite-
des-Caps

Lundis 9h00 à 11h00
Tél. : 418 823-2239 poste 5
Courriel :
loisirs@sainttitedescaps.com

Si vous désirez faire connaître votre club de marche au sein du réseau VIACTIVE et que vous souhaitez qu'il soit ajouté à la liste suivante, n'hésitez pas à contacter la conseillère VIACTIVE de votre région.

Mylène Dion
Conseillère VIACTIVE pour Charlevoix et Québec
mdion@fadoq-quebec.qc.ca

Trécy Patoine
Conseillère VIACTIVE pour Portneuf et Québec
tpatoine@fadoq-quebec.qc.ca