

A photograph of four people (three men and one woman) hiking through a forest. They are all smiling and looking towards the right. The man in the center is wearing a blue hoodie and holding a trekking pole. The woman next to him is wearing a blue jacket and also holding a trekking pole. The man on the far left is wearing a red jacket. The woman on the far right is wearing a grey jacket with pink accents. 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!

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



Lieux différents
chaque semaine!

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



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



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 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
Fadoq Notre-Dame-de-
L'Espérance, Charlesbourg

Lieu : Parc de la Rivière
Beauport
Mercredi 10h
Tel. : 418 877 8526
Courriel : lorrkari@hotmail.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
Fossambault sur-le-lac

Centre communautaire
Desjardins
Jeudi 13h30
Tel. : 418 875 3133, poste 247
Courriel : info@fossambault.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
Club Sportif 50 +
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+
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



Compagnie des jeunes retraités (CJR)

*Divers sites de la région
Lundi 9h30 à 11h30
cjrcharlesbourg.org
Responsable: Pierre Bolduc
Courriel :
clubcroqsentiers@gmail.com

Club de conditionnement physique de Beauport \$

lieux de départ variés
marches 4x/sem

Inscription: (Francine)
418-660-4543
Site web: monccpb.com



Portneuf

Groupe de marche St-Raymond

Pour informations :
Loisirs ville de St-Raymond
418-337-2202, poste 3
loisirs@villesaintraymond.com

Club de marche 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
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