



Vendredi 22 juin

Niveau : modéré

- Départs : **7h : métro Crémazie**, côté nord, au coin des rues Lajeunesse et Crémazie

7h30: métro Longueuil, aire d'embarquement des taxis. *Prévoyez être au rendez-vous 20 minutes avant l'heure du départ.*

-Randonnée au mont **Table Rock**, sur le célèbre **Appalacian Trail**: *point de vue saisissant sur les hauts sommets de Dixville Notch.*

-Déplacement vers Bar Harbor: *principale agglomération de l'Île-des-Monts-Déserts.*

- Souper inclus.

Coucher à Bar Harbor.

Samedi 23 juin

Niveau : modéré

- Randonnée sur la crête du **mont Champlain**: *après une forêt d'arbres matures, une longue crête à découvert où la végétation alpine a créé un "jardin sur la montagne"*

- Bar Harbor : *temps libre.*

- Promenade au **mont Cadillac** au coucher du soleil: *vue panoramique sur les îles et les baies de la côte, dans un magnifique décor de granit rendu multicolore par les mousses.*

Coucher à Bar Harbor.

Dimanche 24 juin

Niveau : modéré

- Randonnée au **mont Penobscot**: *le long de ruisseaux, cascades et gros rochers, le sentier s'élève lentement au dessus de Jordan Pond, un lac encaissé d'origine glaciaire. Du sommet nous avons une vue spectaculaire sur les montagnes environnantes.*

- En après-midi: **balade commentée en bateau**: *une côte déchiquetée par les glaciers, de riches villas, des phoques qui font la sieste, des marsouins et plein d'oiseaux marins, peut-être même un aigle à tête blanche... Le capitaine nous fera aussi connaître le travail de la pêche au homard.*

Coucher à Bar Harbor.

Lundi 25 juin

Niveau : modéré

-Déplacement vers Balsams Hotel.

-Randonnée à **Balsamsl.**

Situé dans un décor enchanteur cet hôtel possède un magnifique réseau de sentiers pédestres.

- Arrivée à Montréal vers 21h00.

LES ÎLES

Acadia est le seul parc national de la Nouvelle-Angleterre et couvre la péninsule Shoodic, l'île-au-Haut et l'île-des-Monts-Déserts.

L'île-des-Monts-Déserts (dont le nom a été donné par Champlain à cause de ses sommets dénudés) ressemble à un petit massif de montagnes qu'on aurait déposé dans la mer. L'élévation est faible, mais on a sans cesse des points de vue époustoufflants. Et les lacs d'eau douce sont très accueillants.

LA MER

Le parc Acadia a été établi sur l'île-des-Monts-Déserts pour préserver une partie des côtes rocheuses du Maine et pour rendre leur rude beauté accessible aux amateurs de plein air. La mer y est partout présente.

BAR HARBOR

Jusqu'au milieu du siècle dernier, Bar Harbor, situé sur l'île des Monts Déserts, n'était qu'un petit village de pêcheurs. Au cours des années, attirés par la splendeur du paysage, quelques peintres s'installèrent dans cette région. Leurs toiles, exposées à New York ou Boston, attirèrent une riche élite qui transforma rapidement le village en site de villégiature. On voit encore leurs somptueuses résidences d'été, maintenant devenues des auberges pour la plupart. Aujourd'hui, la ville est plutôt calme, mais elle a gardé une allure vacancière fort agréable. On y trouve un quai animé, de bons restaurants et de jolies boutiques.

22 au 25 juin
2012

Parc Acadia



Tél. : 514 252-3330
4545, Pierre-de-Coubertin
C.P. 1000, succ. M
Montréal H1V 3R2

En collaboration avec Voyages Loisirs

RandoPleinAir.com

Coupon d'inscription

Téléphonez-nous - ou faxez - ou postez
Tél : 514-252-3330 - fax : 514-253-5537

Parc Acadia 2012

Prénom apparaissant sur le passeport:

Nom apparaissant sur le passeport:

Adresse :

Code postal :

Province :

Courriel :

Téléphone (maison) :

Téléphone (bureau) :

Lieu d'embarquement

Nom et numéro de téléphone d'une personne
contact en cas d'urgence

Nom:

Tél:

Politique d'annulation

- 70 jours à 40 jours avant le départ : dépôt non remboursable
- 39 jours à 20 jours avant le départ : 50% non remboursable
- 19 jours et moins avant le départ : 100% non remboursable

Coût : 845\$

Le prix comprend le transport terrestre, l'hébergement, les déjeuners, un souper, les frais d'accès aux pistes, les visites prévues au programme, les guides et les taxes (sauf la taxe d'OPC 0,35%)

Dépôt : 15% au moment de l'inscription.

Ce dépôt est non remboursable 120 jours et moins avant le départ, sauf si annulation du voyage par Randonnées Plein Air. Le paiement de la taxe d'OPC 0,035% est également ajouté à ce dépôt.

Payable par carte de crédit ou par chèque à l'ordre de Voyages Loisirs.

Numéro de carte

Date d'expiration (mm/aa)

Désirez-vous que le solde soit automatiquement prélevé sur votre carte de crédit ? oui non

Assurance Voyage

Téléphonez-nous pour connaître le taux des primes à payer

Désirez-vous souscrire à une police d'assurance?

oui non

Si oui, inscrire les informations suivantes.

Si non, vérifiez auprès de votre compagnie d'assurance que vous êtes entièrement remboursé-e si vous devez annuler votre voyage pour cause de maladies... et que vous avez également une assurance médico-hospitalière.

Date de naissance : (jj/mm/aaaa)

Nom d'un bénéficiaire :

Choisir parmi les assurances offertes :

Forfait supérieur, comprenant les assurances annulation, médico-hospitalière, accidents et bagages.

Forfait non médical. Forfait supérieur sans l'assurance médico-hospitalière.

Frais médicaux

Effets à emporter

- Votre lunch du vendredi midi
- Passeport
- Bottes de randonnée
- Souliers de marche
- Sandales
- Sac à dos d'un jour (de 25 à 30 litres)
- Gourde d'eau
- Shorts, T-shirts
- Pantalons amples et légers
- Veste polaire et / ou chandail de laine
- Imperméable
- Coupe-vent
- Chaussettes
- Bâtons de marche (recommandé)
- Chapeau de soleil
- Crème solaire
- Produits de toilette
- Votre numéro de police d'assurance
- Médicaments personnels

Description des niveaux de difficulté de Rando Plein Air

Promenade

Peu ou pas de dénivelé
Marche sur des sentiers en forêt ou de petites routes de campagne. Les distances varient entre 8 et 18 km.
Rythme de marche : entre 4 et 5 km/hre

Modéré

Dénivelé entre 250 et 500 mètres
Randonnées en montagne comprenant des dénivelés accessibles aux gens actifs et en santé.
Rythme de marche : entre 2 et 2,5 km/hre

Intermédiaire

Dénivelé entre 500 et 800 mètres
Exemple: monts Tremblant, Cascades (Adirondacks)
Randonnée accessible aux personnes qui ont l'expérience de la montagne et qui se maintiennent en bonne forme par la pratique hebdomadaire d'activités aérobiques.
Rythme de marche : entre 2,5 et 3 km/hre

Avancé

Dénivelé entre 800 et 1200 mètres
Exemple: monts Algonquin, Giant.
Randonnée accessible aux personnes qui pratiquent fréquemment la montagne de niveau intermédiaire.
Rythme de marche : entre 3 et 3,5 km/hre
Haut niveau
Dénivelé entre 1200 et 1500 mètres
Exemple: Mont Washington
Randonnée accessible aux personnes à l'aise dans les randonnées de niveau avancé.
Rythme de marche : entre 3 et 3,5 km/hre