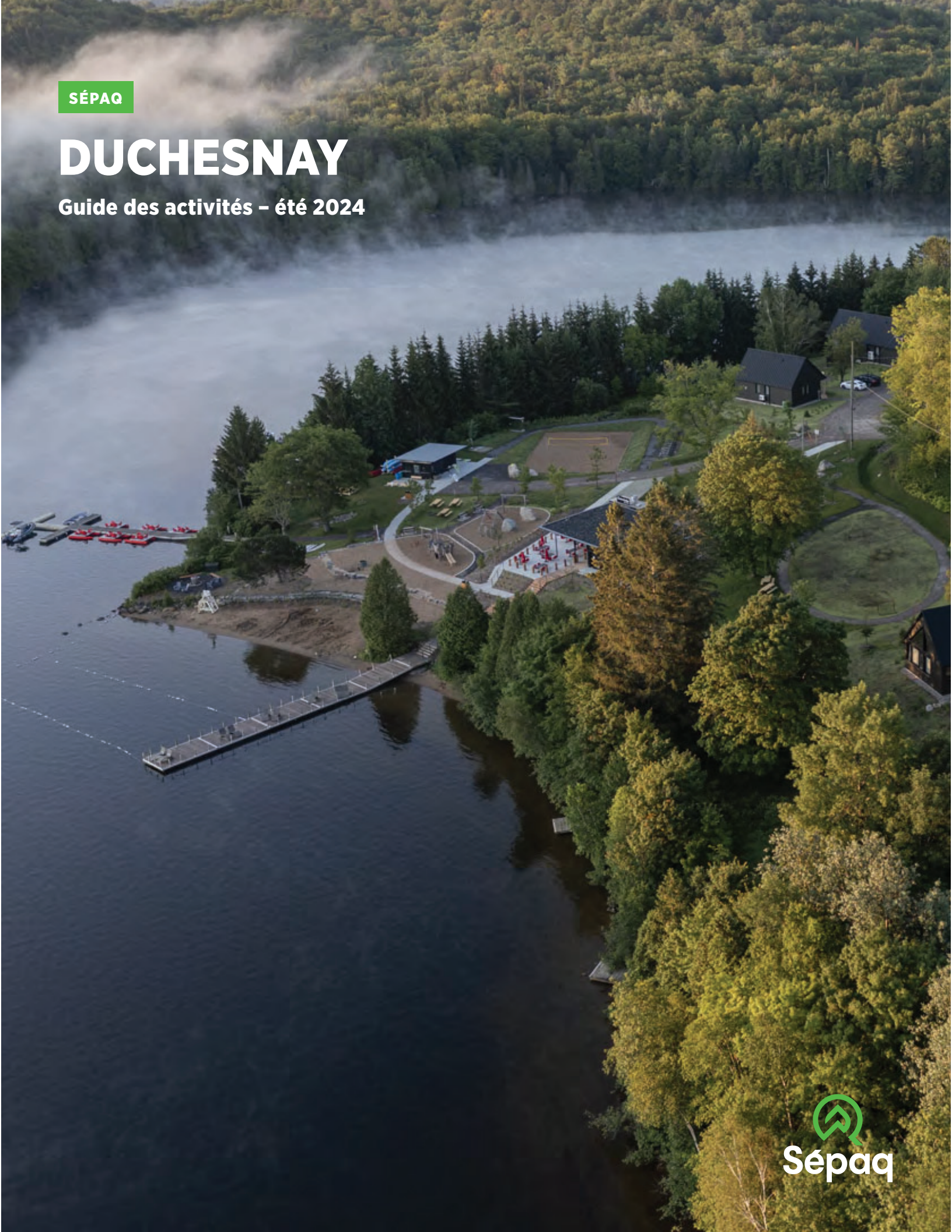


SÉPAQ

DUCHESNAY

Guide des activités – été 2024



LES COUPS DE CŒUR DE L'ÉQUIPE



Vélos pour enfant **NOUVEAUTÉS**

Vélos pour enfants Norco (de 14 à 20 pouces) et Haro (de 16 à 24 pouces) offerts en location au centre nautique. Idéaux pour les enfants de 2 à 14 ans. La location comprend le prêt d'un casque. Premier arrivé, premier servi.



Vélos électriques

Les vélos électriques Giant Explorer E+ viennent s'ajouter à notre gamme de vélos électriques disponibles à la location. Avec leurs selles en gel et leurs suspensions indépendantes, ces vélos sont parfaits pour partir à la découverte des 68 km de l'ancienne emprise ferroviaire sans trop se fatiguer. Rendez-vous au pavillon Horizon pour la location. Réservation obligatoire au 418 875-4522.



Faune enquête - Activité autonome

Saurez-vous compléter les quatre épreuves pour devenir un Agent de protection de Duchesnay? Si identifier un braconnier grâce à des indices, compter des oeufs de canards sans vos doigts et compléter un petit parcours d'hébertisme vous intéresse, cette mission est pour vous!



Arbraska (\$)

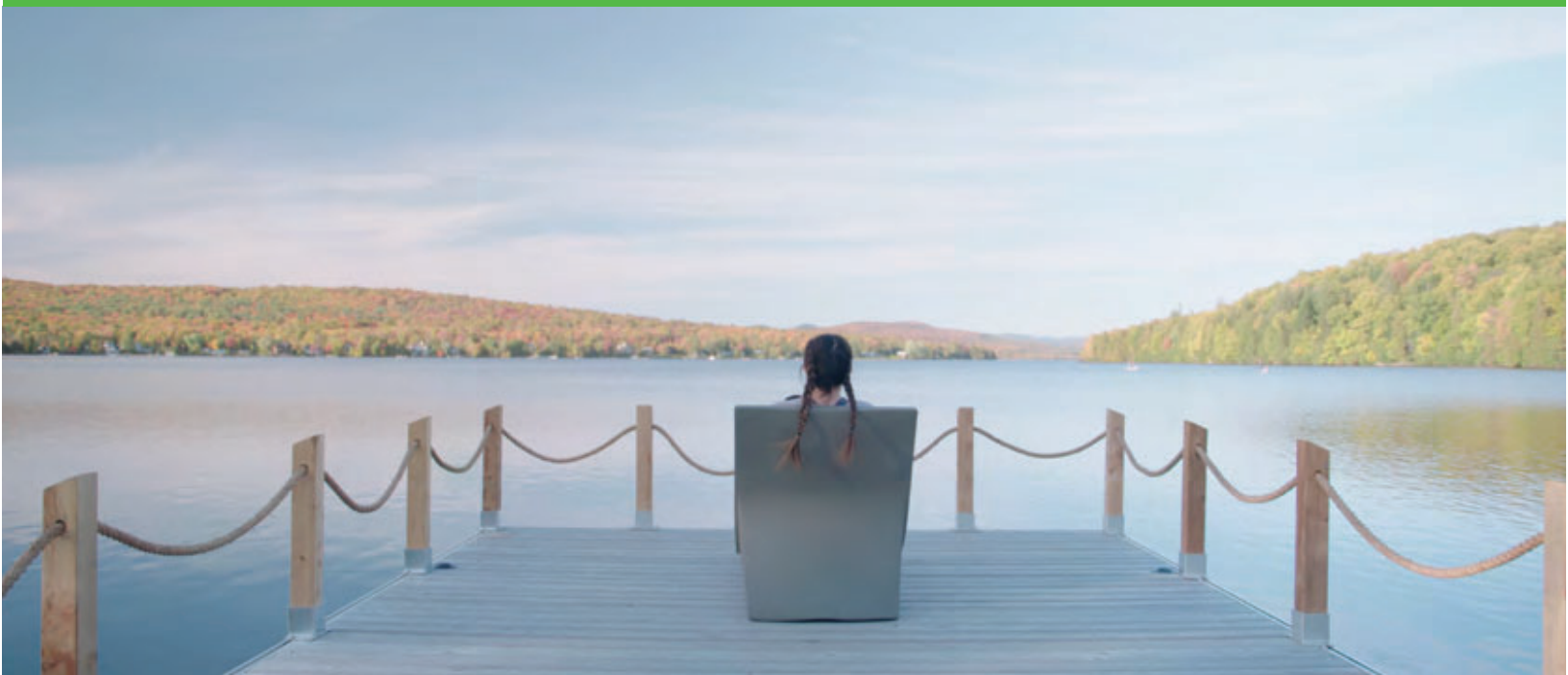
En plus d'avoir un nouveau parcours de démonstration, le célèbre tape-mouche et le gigantesque filet menant au jeu XOXO du parcours bleu ont été refait en plus de certaines tyroliennes tout au long du parcours. Venez les essayer et profiter des plus beaux points de vue de Duchesnay!



Pôle Nautique

Plusieurs nouveaux jeux tels que le Spikeball, Molky (Quilles finlandaises), jeux de pétanque, volleyball, jeux de plages et plusieurs autres sont disponibles gratuitement au centre nautique. Demandez à nos commis!

HEURES D'OUVERTURE



Bistro-Bar Le Quatre-Temps

Du 21 juin au 2 septembre 2024

Petit déjeuner

- En semaine de 7h à 10h*
- Fin de semaine de 7h30 à 10h30*

Diner

- Lundi au vendredi de 11h30 à 16h*
- Samedi et dimanche de 12h à 16h*

Souper

- Tous les jours de 17 h 30 à 20 h 30*

Bar

- Tous les jours de 12h à 22h*

*Dernière réservation

Les heures d'ouverture varient selon l'occupation.

Pôle Nautique

- 1-2 juin : samedi et dimanche, 9 h à 18 h
- 8 juin au 2 septembre : tous les jours, 9 h à 18 h
- 7 septembre au 6 octobre : samedi, dimanche et jours fériés, 9 h à 18 h

Piscine intérieure et spa

La présence du sauveteur est sujette à changement sans préavis. Son absence peut entraîner la fermeture de la piscine.

- Jusqu'au 23 juin 2024: du lundi au vendredi, de 17 h à 20 h 30 samedi, dimanche et jours fériés, de 9 h à 20 h 30
- Du 24 juin à la fête du Travail : tous les jours, de 9 h à 20 h 30
- Après la fête du Travail : du lundi au vendredi, de 17 h à 20 h 30 samedi, dimanche et jours fériés, de 9 h à 20 h 30

Plage

Accessible en tout temps et surveillée par un sauveteur du 24 juin au 2 septembre 2024 de 9 h à 16 h, sauf en cas de pluie. La présence du sauveteur est sujette à changement sans préavis. Son absence peut entraîner la fermeture de la baignade.

Arbraska Duchesnay

Les heures d'ouverture peuvent varier selon la météo et l'achalandage.

- 13 mai au 9 juin : samedi et dimanche, 9 h à 13 h 30
- 10 juin au 2 septembre : tous les jours, 9 h à 13 h 30
- 7 septembre au 27 octobre : tous les jours, 9 h à 13 h 30

ACTIVITÉS LIBRES



Géocache

Vous pensez tout savoir sur la faune et la flore? Ce jeu-questionnaire écologique vous entrainera dans une quête amusante à travers la forêt de Duchesnay! À l'aide d'un GPS et d'une carte, vous quitterez les sentiers battus. Votre équipe saura-t-elle relever le défi?

Mini-géocache : 8 à 12 ans
Grand parcours : 13 ans et plus

Faune Enquête

Saurez-vous surmonter les quatre épreuves permettant de devenir un agent de protection de Duchesnay? Si identifier un braconnier grâce à des indices, compter des œufs de canard sans vos doigts et franchir un petit parcours d'hébertisme vous intéressent, cette mission est pour vous!

Âge recommandé : 5 à 8 ans

Vélo

Longue de 68 km, la Vélo piste Jacques-Cartier/Portneuf passe par Duchesnay. Associée au Corridor des Cheminots, elle mène jusqu'à Québec. Le Chemin de la liseuse longue pour sa part la rivière Jacques-Cartier sur 13 km.

Pour louer un vélo (hybride ou électrique), rendez-vous au pavillon Horizon

Rallye des animaux

Parcourez en famille le sentier Le Rocher (1,7 km) à la recherche des silhouettes d'animaux qui peuplent la forêt de Duchesnay. Aigüisez votre sens de l'observation dans cette activité placée sous le signe de la bonne humeur.

Âge recommandé : 4 ans et plus

Disque-golf

Activité compétitive basée sur les règles du golf. Récupérez la fiche de pointage au pavillon Horizon et lancez-vous vers les 9 trous.

Âge recommandé : 5 ans et plus

Pirate de Duchesnay

Une légende prétend que le redoutable Gaspar Hasard, serait venu cacher son trésor sur les terres de Duchesnay! Aurez-vous le courage de partir à la recherche pour trouver ce fabuleux trésor?

Âge recommandé : 4 ans et plus

Feu sur le bord du lac

Un site de feu est disponible au centre nautique, sur le bord du lac, avec tout le nécessaire (papier, allumettes, bois et bancs).

Jeux

Des dizaines de jeux de société sont disponibles à l'accueil de l'auberge et plusieurs jeux de plages sont prêtés au Pôle Nautique. Également, des tables de ping-pong, de baby-foot, de billard et plus encore sont disponibles au pavillon Horizon.

GRATUIT
Expérience
famille



Accès et prêt d'équipement
pour les 17 ans et moins

ACTIVITÉS ANIMÉES

Incluses pour les détenteurs d'un bracelet vert



Feu, feu joli feu

À la tombée de la nuit, on se retrouve au Pôle nautique près de la plage. Au programme: feu de camp et animation.

Capacité : limité

Étirements en nature

En mode yoga, venez faire le plein d'énergie ou évacuer le stress dans une ambiance unique. Une expérience à ne pas manquer!

Âge minimum : 12 ans

Tir à l'arc

Une initiation aux techniques de tir à l'arc et aux règles de sécurité. En compagnie d'un guide-animateur, testez votre précision et votre niveau de concentration lors de tirs, de jeux ou d'un tournoi!

Âge minimum : 8 ans

Inter-Nature

Venez affûter vos connaissances sur les plantes et leurs propriétés. Repérez les différentes espèces animales vivant sur le territoire de Duchesnay. Un rallye découverte vous attend!

Âge minimum : 8 ans

Cinéma extérieur familial

Profitez au maximum de votre journée en plein air en la terminant sous les étoiles.

Couleurs sur le lac

Venez partager un moment privilégié en kayak pour observer les magnifiques couchers du soleil sur le lac St-Joseph.

Âge minimum : 8 ans

Initiation à la planche à pagaie

Découvrez, puis maîtrisez les bases de la planche à pagaie (paddleboard) en une seule séance! Vous apprendrez à manier la planche et la pagaie, à optimiser votre position et à vous déplacer efficacement. Vous aurez ensuite beaucoup de plaisir à partir en balade sur l'eau!

Kayak-polo

Venez vous affronter dans la baie de Duchesnay. Les règles sont simples: 2 équipes, 1 ballon et 2 buts.

Âge minimum : 10 ans

La magie des perseides

30 juillet, 6 et 13 août

Notre astronome Éric Gagnon vous accompagnera tout au long de cette soirée. L'observation des astres et de leur origine n'auront plus de secrets pour vous.

Pirate de Duchesnay

Un légende prétend que le redoutable Jack Rackham serait venu cacher son trésor sur les terres de Duchesnay. Il n'y a laissé que quelques indices pouvant nous permettre de le retrouver. Avez-vous le courage pour partir à la recherche de ce fabuleux trésor? Lorsque la météo le permet, l'activité est également offerte en version nautique.

AU PROGRAMME



24 JUIN AU 2 SEPTEMBRE 2024

	MATIN	APRÈS-MIDI	SOIRÉE
Lundi	Randonnée mystère 10h à 12h	Tir à l'arc 13h30 à 15h Survie 15h30 à 16h30	
Mardi	Initiation planche à pagaie 10h/10h45/11h15	Tir à l'arc 13h30 à 15h Kayak Polo 15h00/15h45	Feu, feu, joli feu 18h30 Cinéma extérieur 20h30 Couleurs sur le lac 20h30
Mercredi	Étirements en Nature 9h30 à 10h30 / 11h à 12h Randonnée mystère 10h à 12h	Tir à l'arc 13h30 à 15h Kayak Polo 15h00/15h45	Pirates du lac 17h
Jeudi	Étirements en Nature 9h30 à 10h30 / 11h00 à 12h	Tir à l'arc 13h30 à 15h Survie 14h à 15h Inter-Nature 15h30	Couleurs sur le lac 20h30 Cinéma extérieur 20h30
Vendredi	Initiation planche à pagaie 10h/10h45/11h15	Tir à l'arc 13h30 à 15h Kayak Polo 15h00/15h45	Randonnée éclairée & feu 18h30 à 20h Pirates du lac 17h
Samedi	Initiation planche à pagaie 10h/10h45/11h15 Randonnée mystère 10h à 12h	Tir à l'arc 13h30 à 15h Survie 14h à 15h Inter-Nature 15h30	Kayak Polo 17h30/18h15 Couleurs sur le lac 20h30
Dimanche	Étirements en Nature 9h30 à 10h30 / 11h00 à 12h	Tir à l'arc 13h30 à 15h Eureka 15h30 à 16h30	

* Arbraska et les activités des partenaires ne sont pas inclus dans les forfaits villégiature et passeports journaliers.

** S'il y a moins de 6 inscriptions à 18 h le jour même, l'activité sera annulée.

LOCATION ET TARIFS



Inclus avec séjour

Bracelet vert

Donne accès au site, au centre nautique, aux activités et au prêt d'équipement (kayak simple, kayak double, canot, rabaska, pédalo, planche à pagaie, vélo hybride, girafes et chariots, vélo enfant).

OU

Bracelet jaune

Donne accès au site et au centre nautique (sans les activités et le prêt d'équipement).

En location (\$)

Vélo électrique

(pavillon Horizon)

- 1 h : 29 \$
- 4 h : 66 \$
- 8 h : 90 \$

Taxes en sus,
réservation obligatoire
au 418 875-4522

ACTIVITÉS	TARIFS	
Passeport journalier* En été, donne accès aux activités guidées, au prêt de vélos (non électriques) et d'embarcations nautiques, aux sentiers pédestres et à la plage.	Adulte, journée	45.00 \$
	Adulte, demi-journée	33.75 \$
	Enfant, journée (6-17 ans)	33.75 \$
	Enfant, demi-journée (6-17 ans)	25.25 \$
	Enfant moins de 6 ans	Gratuit
Arbraska tarifs individuels Réservation obligatoire : sepaq.com/arbraska	Adulte, 5 parcours (18 ans et plus)	46.50 \$
	Junior, 5 parcours (12-17 ans)	37.00 \$
	Jeune loup, parcours jaune (7-11 ans)	21.00 \$
Arbraska tarifs famille Maximum 2 adultes et 2 enfants de 7 à 17 ans. Réservation obligatoire : sepaq.com/arbraska	2 adultes + 2 juniors, 5 parcours	136.75 \$
	2 adultes + 2 jeunes loups, parcours jaune	71.25 \$
Arbraska tarifs avec hébergement Réservation obligatoire : 418 875-2711, poste 4279	Adulte, 5 parcours	34.75 \$
	Junior, 5 parcours	27.75 \$
	Jeune loup, parcours jaune	15.50 \$
Planche à pagaie Activités de notre partenaire La Plage Réservation obligatoire : laplagequebec.com	Initiation, adulte (2 h)	49.00 \$
	Initiation, enfant 10 à 16 ans (2 h)	30.00 \$
	Yoga ou fitness sur planche à pagaie	30.00 \$
	SUP en famille 1 adulte + 1 enfant	40.00 \$
	SUP en famille enfant 10 à 14 ans	20.00 \$

* Arbraska et les activités des partenaires ne sont pas inclus dans les forfaits villégiature et passeports journaliers.

Les activités guidées sont offertes selon le calendrier en vigueur.

** En contexte familial, pour les clients en hébergement.

SENTIERS À PARCOURIR

Départ des sentiers au pavillon Horizon

Cartes disponibles sur place

Les sentiers sont balisés, vous n'avez qu'à suivre la signalisation bleue.
Pour votre sécurité et pour protéger la flore, veuillez rester dans les sentiers.

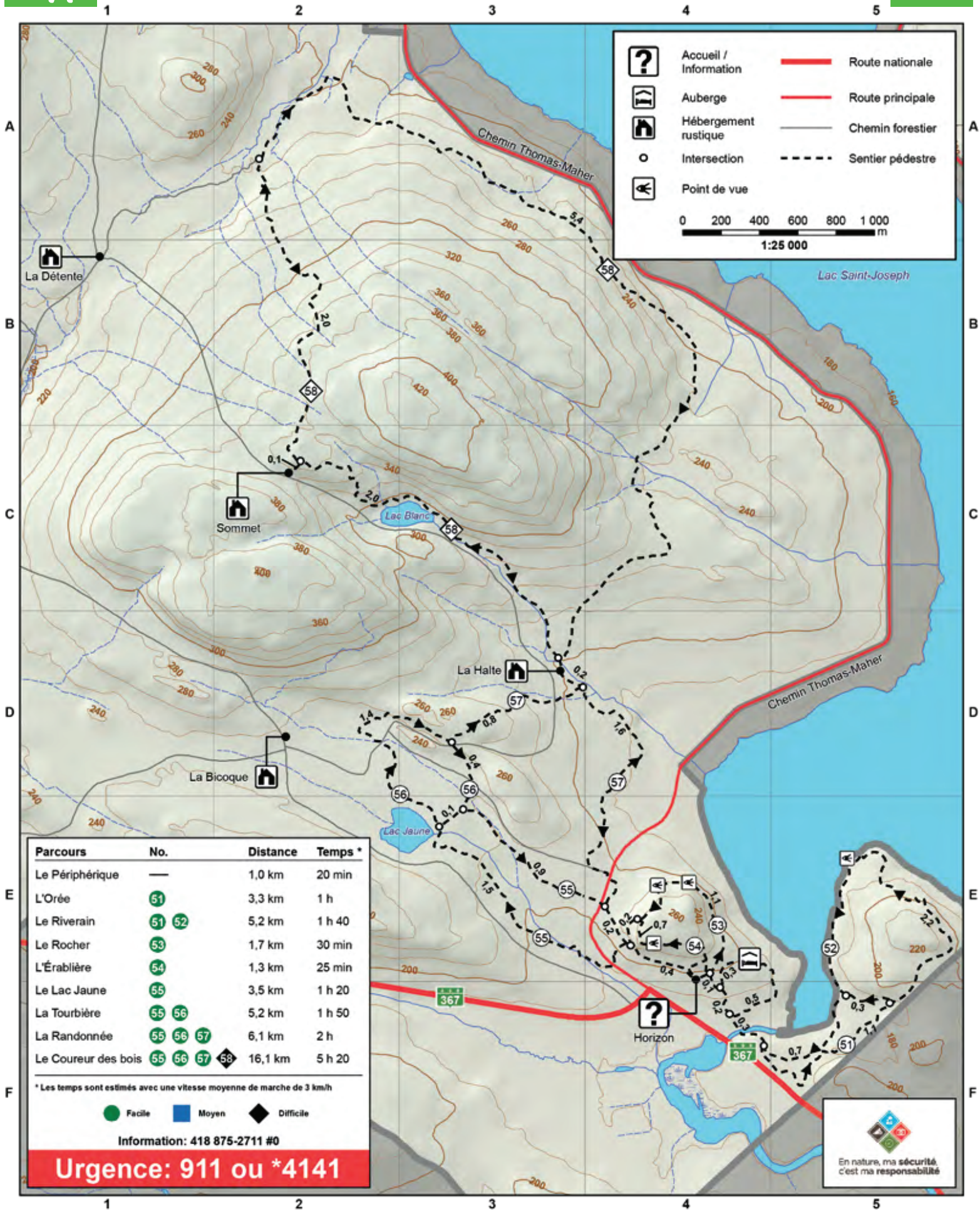
	LONGUEUR ET DURÉE*		NIVEAU
L'Érablière (54) Cette courte randonnée à travers une érablière conduit sur le haut d'un plateau, où vous trouverez un discret point de vue sur la rivière Ontaritz et l'École de foresterie de Duchesnay.	1,3 km	25 min	F
Le Rocher (53) Un très joli parcours surplombant les abris sous roche à l'aide d'escaliers et de passerelles de bois. Deux points de vue intéressants permettent de voir le lac Saint-Joseph, puis le territoire forestier de la Station.	1,7 km	30 min	F
Le Lac Jaune (55) Ce sentier invite à observer la végétation qui varie selon le milieu naturel (conditions du sol, ensoleillement, température). À mi-chemin, un belvédère permet d'observer le lac Jaune et de découvrir le monde étrange et fascinant des tourbières.	3,5 km	1 h 20	F
La Tourbière (56) Cette boucle supplémentaire à celle du lac Jaune permet d'observer un processus d'entourbement beaucoup plus avancé. Ouvrez l'œil, vous pourriez apercevoir des sarracénies pourpres : ces plantes se nourrissent d'insectes emprisonnés dans leurs feuilles tubulaires et noyés dans l'eau qui s'y accumule.	5,2 km	1 h 50	F
La Randonnée (57) Ce sentier permet de se rendre au refuge de la Halte. Un parcours un peu plus accidenté, parfois humide.	6,1 km	2 h	F
Le Coureur des bois (58) Ce sentier relie deux refuges en traversant une forêt dominée par l'érable à sucre et le bouleau jaune. C'est un parcours exigeant avec une ascension de 2 km dans un sentier accidenté. Le retour emprunte la fameuse piste de ski de fond n° 10.	16,1 km	5 h 20	D
L'Orée (51) Un secteur moins fréquenté, à découvrir. Le trajet débute par une passerelle suspendue, suivie d'un parcours forestier varié.	1,7 km	30 min	F
Le Riverain (52) Pour prolonger sa randonnée après le sentier de L'Orée, le sentier Le Riverain est l'idéal. Vous reviendrez de cette boucle en longeant le bord de l'eau dans un secteur inhabité du lac Saint-Joseph.	5,2 km	1 h 40	F

F : facile I : intermédiaire D : difficile

* Les durées et les niveaux de difficulté sont à titre indicatif et font référence à la saison estivale.
Les chiens en laisse sont admis sur le site de la Station touristique Duchesnay, à l'exception des aires aménagées près d'un plan d'eau et des accès nautiques.



Station touristique Duchesnay - Randonnée pédestre



	Accueil / Information		Route nationale
	Auberge		Route principale
	Hébergement rustique		Chemin forestier
	Intersection		Sentier pédestre
	Point de vue		

0 200 400 600 800 1000 m
1:25 000

Parcours	No.	Distance	Temps *
Le Périphérique	—	1,0 km	20 min
L'Orée	51	3,3 km	1 h
Le Riverain	51 52	5,2 km	1 h 40
Le Rocher	53	1,7 km	30 min
L'Érabièrre	54	1,3 km	25 min
Le Lac Jaune	55	3,5 km	1 h 20
La Tourbière	55 56	5,2 km	1 h 50
La Randonnée	55 56 57	6,1 km	2 h
Le Coureur des bois	55 56 57 58	16,1 km	5 h 20

* Les temps sont estimés avec une vitesse moyenne de marche de 3 km/h

- Facile
- Moyen
- Difficile

Information: 418 875-2711 #0

Urgence: 911 ou *4141

En nature, ma sécurité, c'est ma responsabilité

ACTIVITÉS DE PLANCHE À PAGAIE

En collaboration avec
notre partenaire **La Plage**



Initiation à la planche à pagaie

Découvrez, apprenez et maîtrisez les bases du surf à pagaie (SUP) en une seule séance. En 2 heures, vous apprendrez le maniement de la planche et de la pagaie, comment garder votre équilibre et bien vous positionner ainsi que toutes les notions de sécurité pour avoir du plaisir sur l'eau.

- Lundi, 10 h à 12 h
- Vendredi et samedi, 9 h à 11 h



Yoga ou fitness

Essayez cet entraînement unique et efficace, au gré des mouvements de l'eau! Le yoga sur planche à pagaie (SUP Yoga) tonifie le corps, en plus de développer la souplesse et la flexibilité. La version SUP Fitness permet de travailler le cardio, l'endurance musculaire, l'équilibre et les muscles du tronc. Il est aussi possible de pratiquer ces activités sur la plage.

SUP Yoga

Soir de semaine à confirmer
Détails sur laplagequebec.com

SUP Fitness

Soir de semaine à confirmer
Détails sur laplagequebec.com



Sous les perséides

Pendant la période des perséides, venez admirer les étoiles filantes à l'écart des lumières de la ville. Une occasion unique de faire de nombreux vœux! L'activité comprend un chocolat chaud au bord du feu.

Du 8 au 10 août, 19 h à 22 h

Pagayez aux lanternes

On vous propose une activité assez unique à Québec soit une randonnée de soir sur l'eau avec un SUP éclairé grâce à des lumières LED installées sous la planche. On termine le tout avec un breuvage chaud sur la plage!

Détails sur laplagequebec.com



Sillonnez la rivière Ontaritz

Profitez d'un accès privilégié pour découvrir la rivière Ontaritz. Il s'agit d'un secret bien gardé puisque l'accès est privé. On vous propose une aventure d'environ 5 km au travers des nénuphars et de la faune de la rivière.

Du 3 juillet au 31 août
Lundi, 13 h 30 à 15 h 30

- **Activités payantes, non incluses dans les forfaits villégiature et passeports journaliers. Réservation obligatoire.**
- **Ratio de 6 à 8 participants par moniteur.**
- **Prérequis : savoir nager. Certaines activités requièrent d'avoir suivi une séance d'initiation à la planche à pagaie.**
- **Détails et inscriptions au laplagequebec.com**



Salles de réunions

- **Auberge**
 - Ancolie
 - Maïanthème
 - Myosotis
- **Boisé**
 - Sous-Bois
 - Orée des bois
- **Élan**
- **Forestier**
 - Draveur
 - Henri-Roy
 - Marteleur
- **Sylvain**

LÉGENDE

- Auberge et pavillons
- Chalets 2 chambres
- Chalets 3 chambres
- Chalets 4 chambres
- Pavillons de services
- Partenaires
- Autres bâtiments

- Sentier principal
- Sentier secondaire
- Piste cyclable
- Départ des sentiers
- Stationnement
- Stationnement de vélo
- Stationnement pour voiture électrique

- Abris
- Accueil
- Amarrage
- Arbraska
- Baignade
- Bar
- Bloc d'escalade
- Boutique
- Casse-croûte
- Embarcation nautique
- Escalade
- Foyer
- Hébergement
- Jeux
- Mise à l'eau canot/kayak

- Mise à l'eau chaloupe/bateau à moteur
- Planche à pagaie
- Poubelles
- Premiers soins
- Randonnée pédestre
- Remise à bois
- Restaurant
- Réunions et réceptions
- Salle d'entraînement
- Spa
- Tables de pique-nique
- Tir à l'arc
- Vélo
- Vélo électrique
- Volley-ball

Sentiers pédestres

- 51 L'Orée
- 52 Le Riverain
- 53 Le Rocher
- 54 L'Érablière
- 55 Le Lac Jaune
- 56 La Tourbière
- 57 La Randonnée
- 58 Le Coureur des bois



 **Sépaq**
Station touristique
Duchesnay

140, montée de l'Auberge
Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier
(Québec) G3N 2Y6

Information et réservation

Téléphone: 418 875-2711 (ligne directe 24 h)

Sans frais : 1 866 683-2711

Site web : www.sepaq.com/ct/duc/

sepaq.com/duchesnay



100%

PCF



Photos : Julie Audet, Charles Boutin, Simon Clark, Mathieu Dupuis, Jean-Pierre Huard, Karolína Krupa, Manon-Paquette, Guillaume Poulin, Jonathan Robert, Productions Optimales, Jonathan Robert, Pierre Carboneau, Stéphane Audet, Guillaume Paquette-Jetten