

11ÈRE ÉTAPE

Semaine 1 (222.6 km)

29 juin 2023 : POSA - ST-CÉSAIRE (25,4, KM) 30 juin 2023 : ST-CÉSAIRE- GRANBY (36,7 KM)

1 juillet 2023 : GRANBY - PLAGE DE WATERLOO (21,6 KM) 2 juillet 2023 : PAGE DE WATERLOO - MAGOG (32.50KM)

3 juillet 2023 : MAGOG - SHERBROOKE (28,7 KM) 4 juillet 2023 : SHERBROOKE - BURY (36,6 KM)

5 juillet 2023 : BURY - NOTRE-DAME-DES-BOIS (41,1 KM)

Semaine 2 (238.4 km)

6 juillet 2023 : NOTRE-DAME-DES-BOIS - LAC MÉGANTIC (39.8KM)

7 juillet 2023 : LAC MÉGANTIC - ST-ROMAIN (34,4 KM)

8 juillet 2023 : ST-ROMAIN - DISRAELI (29,3 KM) 9 juillet 2023 : DISRAELI - LA PRESQU'ÎLE (30,3KM)

10 juillet 2023 : LA PRESQU'ÎLE - SAINT-JOSEPH-DE-BEAUCE (42,4KM)

11 juillet 2023 : SAINT-JOSEPH-DE-BEAUCE - SCOTT (27,8 KM)

12 juillet 2023 : SCOTT - LÉVIS (34,4 KM)

POUR FAIRE UN DON



POUR INFORMATION
DIRECTION@POSASDM.ORG
450 658-9898



Semaine 3 (191.5 km)

13 juillet 2023 : LÉVIS - HALT ROUTIÈRE DE ST- VALLIER (35 KM)

14 juillet 2023 : HALT ROUTIÈRE DE ST- VALLIER - MONTMAGNY (26,7 KM)

15 juillet 2023: MONTMAGNY - L'OIE BLANCHE SUR MER (26,3 KM)

16 juillet 2023 : L'OIE BLANCHE SUR MER - SAINT-ROCH-DES-AULNAIES (23 KM)

17 juillet 2023 : SAINT-ROCH-DES-AULNAIES - KAMOURASKA (40 3 KM)

19 juillet 2023 : KAMOURASKA - SAINT-ANDRÉ-DE-KAMOURASKA (16,8 KM)

20 juillet 2023 : SAINT-ANDRÉ-DE-KAMOURASKA - RIVIÈRE-DU-LOUP (23,4 KM)

Semaine 4 191.3 km)

21 juillet 2023 : RIVIÈRE-DU-LOUP - L'ISLE-VERTE (28,1 KM)

22 juillet 2023 : L'ISLE-VERTE - SAINT-SIMON-DE-RIMOUSKI (30.6KM)

23 juillet 2023 : SAINT-SIMON-DE-RIMOUSKI - PARC NATIONAL DU BIC (28,2 KM)

24 juillet 2023 : PARC NATIONAL DU BIC - RIMOUSKI (20,5KM)

25 juillet 2023 : RIMOUSKI - SAINTE-FLAVIE (32,1 KM)

26 juillet 2023 : SAINTE-FLAVIE - MÉTIS-SUR-MER (20,4KM)

27 juillet 2023 : MÉTIS-SUR-MER - SAYABEC (31,4 KM)

POUR FAIRE UN DON



POUR INFORMATION DIRECTION@POSASDM.ORG 450 658-9898



Semaine 5 (213 km)

28 juillet 2023 : SAYABEC - LAC AU SAUMON (33,9 KM)

29 juillet 2023 : LAC AU SAUMON - SOURCE D'EAU (39,2 KM)

30 juillet 2023 : SOURCE D'EAU - BELVÉDÈRE DES 2 RIVES (29KM)

31 juillet 2023 : BELVÉDÈRE DES 2 RIVES - POINTE -À-LA-GARDE (34,4 KM)

1 αοῦt 2023 : POINTE -À-LA-GARDE - NOUVELLE (26.6KM)

2 αοῦt 2023 : NOUVELLE - CAMPING DE CARLETON-SUR-MER (20,2 KM)

3 αοῦt 2023 : CAMPING DE CARLETON-SUR-MER - NEW RICHMOND (29.7KM)

Semaine 6 (191.4 km)

4 αοῦt 2023: NEW RICHMOND - CAMPING PLAGE BEAUBASSIN (32,2 KM)

5 αοῦt 2023 : CAMPING PLAGE BEAUBASSIN - MUNICIPALITÉ SAINT-GODEFROI (33.7KM)

6 αοῦt 2023 : MUNICIPALITÉ SAINT-GODEFROI - CAMPING DU BEAU SABLE (34.9-14)

7 αοῦt 2023 : CAMPING DU BEAU SABLE - SAINTE -THÉRÈSE-DE-GASPÉ (3<mark>57</mark>

8 août 2023 : SAINTE - THÉRÈSE-DE-GASPÉ - PERCÉ (22,8 KM)

9 août 2023 : CONGÉ

10 αοût 2023 : PERCÉ - SAINT-GEORGE-DE-MALBAIE (32.6KM)

POUR FAIRE UN DON



POUR INFORMATION DIRECTION@POSASDM.ORG 450 658-9898



4 αοût 2023: NEW RICHMOND - CAMPING PLAGE BEAUBASSIN (32,2 KM

5 αοῦt 2023 : CAMPING PLAGE BEAUBASSIN - MUNICIPALITÉ SAINT-GODEFROI (33.7KM)

6 αοût 2023 : MUNICIPALITÉ SAINT-GODEFROI - CAMPING DU BEAU SABLE (34.9 Kg

7 αοῦt 2023 : CAMPING DU BEAU SABLE - SAINTE -THÉRÈSE-DE-GASPÉ (357)

8 août 2023 : SAINTE -THÉRÈSE-DE-GASPÉ - PERCÉ (22,8 KM)

9 août 2023 : CONGÉ

10 αοût 2023 : PERCÉ - SAINT-GEORGE-DE-MALBAIE (32.6KM)

POUR FAIRE UN DON



POUR INFORMATION **DIRECTION@POSASDM.ORG** 450 658-9898



POUR INFORMATION
DIRECTION@POSASDM.ORG
450 658-9898



Semaine 11 (221 km)

8 septembre 2023 : TADOUSSAC - RIVIÈRE-DE-SAINTE-MARQUE 1 2 5KM

9 septembre 2023 : RIVIÈRE-DE-SAINTE-MARGUERITE - SAINTE-ROSE DU-NORD JOUR 1 (32.6KM)
10 septembre 2023 : RIVIÈRE-DE-SAINTE-MARGUERITE - SAINTE-ROSE-DU-NORD JOUR 2 (32.6KM

11 septembre 2023 : SAINTE-ROSE-DU-NORD - SAINT FULGENCE (28,1 KM)

12 septembre 2023 : SAINT FULGENCE - ST-AMBROISE (39,5 KM)

13 septembre 2023 : ST-AMBROISE - ALMA (30,7 KM) 14 septembre 2023 : ALMA - SAINT-MONIQUE (36,1 KM)

Semaine 12 (252.5 km)

15 septembre 2023 : SAINT-MONIQUE - SAINTE-JEANNE-D'ARC (26,1KM)

16 septembre 2023 : SAINTE-JEANNE-D'ARC - SAINTE-METHODE (41,6KM)

17 septembre 2023 : SAINTE-MÉTHODE - MASHTEUIATSH (33,7 KM)

18 septembre 2023 : MASHTEUIATSH - DESBIENS (34,4 KM)

19 septembre 2023 : DESBIENS - CHICOUTIMI JOUR 1 (40,1 KM)

20 septembre 2023 : DESBIENS - CHICOUTIMI JOUR 2 (40,1 KM)

21 septembre 2023 : CHICOUTIMI - FERLAND (36.5KM)

POUR FAIRE UN DON





POUR INFORMATION DIRECTION@POSASDM.ORG 450 658-9898



Semaine 13 (197.2 km)

24 septembre 2023 : PARC NATIONAL DES GRANDS JARDINS - SAINT URBAIN (26,6 KM)

25 septembre 2023 : SAINT URBAIN - BAIE ST PAUL (15 KM)

26 septembre 2023 : BAIE ST PAUL - SAINT-TITE-DES-CAPS (41<mark>,8 KM)</mark>

27 septembre 2023 : SAINT-TITE-DES-CAPS - L'ANGE GARDIENS (35,4 KM)

28 septembre 2023 : L'ANGE GARDIENS - QUÉBEC (16,9)

Semaine 14 (208.7 km)

29 septembre 2023 : QUÉBEC - QUÉBEC

30 septembre 2023 : QUÉBEC - DONNACONA (45,9 KM)

1 octobre 2023 : DONNACONA - SAINTE-ANNE-DE-LA-PÉRADE (44,1 KM)

2 octobre 2023 : SAINTE-ANNE-DE-LA-PÉRADE - TROIS-RIVIÈRES (40,9 KM

3 octobre 2023 : TROIS-RIVIÈRES -TROIS-RIVIÈRES

4 octobre 2023 : TROIS-RIVIÈRES - LOUISEVILLE (35,3 KM)

5 octobre 2023 : LOUISEVILLE - LANORAIE (42,5 KM)

POUR FAIRE UN DON







8IÈME ÉTAPE

Semaine 15 60 km)

6 octobre 2023 : LANORAIE - REPENTIGNY (29,9 KM)

7 octobre 2023 REPENTIGNY- MONT-ROYAL (30,1 KM)

319.9 km en 100 jours!

POUR FAIRE UN DON



