

*Être bien, bouger, se dépasser...*

*À travers une multitude d'aventures, d'exploration et d'observations dans un contexte non compétitif*

## 1<sup>RE</sup> SECONDAIRE

- ◆ Sarbayä
- ◆ Vélo Saint-Étienne
- ◆ Orientation avec boussole
- ◆ Ski de fond
- ◆ Randonnée pédestre
- ◆ Ski alpin / snow au Relais
- ◆ Escalade extérieure
- ◆ Canot
- ◆ Randonnée au Mont Wright

## 2<sup>E</sup> SECONDAIRE

- ◆ Arbraska Duchesnay
- ◆ Vélo promenade Champlain
- ◆ Ascension du Mont-Sainte-Anne
- ◆ Ski de fond à Duchesnay
- ◆ Ski alpin / snow à Stoneham
- ◆ Kayak et 1 nuit  
au Parc national de la Jacques-Cartier

## 3<sup>E</sup> SECONDAIRE

- ◆ Via ferrata à Batiscan
- ◆ Vélo
- ◆ Ski Hok à Duchesnay
- ◆ Ski / snow au Mont-Sainte-Anne
- ◆ Vélo de montagne
- ◆ Planche à pagaie
- ◆ Parc régional du Massif du Sud

