

| #                   | De/From                  | À/TO                         | Km                            | Total | KM-GPS | HH:MM | MM/km | Elev+ | El- (m)   | Description  |
|---------------------|--------------------------|------------------------------|-------------------------------|-------|--------|-------|-------|-------|---|--|
| 0                   | Rte 132                  | a/to Cap Gaspé               | 13                            | 13    | -      | -     | -     | -     | -   | Route (Rte) / Road 132 a/to Cap Gaspé  |
| Parc Forillon       | 1                        | Cap Gaspé                    | 0                             | 0,0   | De 1   | De 1  | De 1  | De 1  | De 1  | Extrémité officielle du sentier / Official start - end of the trail          |
|                     | 2                        | Anse-aux-Sauvages            | 3,9                           | 3,9   | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓   | Suivre les balises SIA / Follow IAT blaze                                    |
|                     | 3                        | Anse-Blanchette - inter 1    | 2,7                           | 6,6   | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓   | Début / Start intersections (inter)  |
|                     | 4                        | Option A - Baie              | 1,5                           |       |        |       |       |       |   | Longe la mer / Follow the see  |
|                     | 5                        | Option B - intérieur         | 1,3                           | ou/or | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓   | (Option B = SIA / IAT)   |
|                     | 6                        | Inter 2                      | 1,3                           | 7,9   | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓   |  |
|                     | 7                        | Option C - longe la route    | 2,2                           |       | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓   | (Option C = SIA / IAT)   |
|                     | 8                        | Option D -tour observation   | 4,3                           | ou/or |        |       |       |       |   | Detour À ne pas manquer / Do not miss observation tower                      |
|                     | 9                        | Inter 3                      | 2,2                           | 10,1  | 11,1   | 3:00  | 0:16  | 468   | 513   | **Cc (+1,5 km): 1er nuit/night (877-737-3783)                                |
|                     | 10                       | Inter 4 - Fin / End inter    | 1                             | 11,1  | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓   | +3 km Aller-retour pour la tour / Round trip for tower                       |
|                     | 11                       | Rte 132                      | 4,2                           | 15,3  | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓   | Rte 132  |
|                     | 12                       | Camping                      | 3,1                           | 18,4  | 12,8   | 3:40  | 0:17  | 865   | 694   | A, Cs  |
|                     | 13                       | Les Crêtes                   | 4,2                           | 22,6  | 4,2    | 1:00  | 0:14  | 255   | 202   | Cs   |
|                     | 14                       | Inter parcours "La Vallée"   | 5,4                           | 28,0  | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓   | EXTENSION Vallée ( Aller-retour / Round trip = 14,6 km)                      |
|                     | 15                       | Camping                      | 4,4                           | 32,4  | 8,8    | 2:20  | 0:15  | 506   | 372   | A, C   |
|                     | 16                       | Lac au renard                | 7,4                           | 39,8  | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓   |  |
|                     | Côte de Gaspé            | 17                           | Rte 197 (Riv.-au-Renard +5km) | 4     | 43,8   | 14,9  | 3:30  | 0:14  | 471   | 837  |
| 18                  |                          | Refuge l'Érablière           | 10,6                          | 54,4  | 9,0    | 3:10  | 0:21  | 780   | 580   | **A  |
| 19                  |                          | Camping les Carrières        | 9                             | 63,4  | 8,8    | 3:30  | 0:23  | 384   | 421   | A, C   |
| 20                  |                          | L'Anse-à-Valleau             | 8                             | 71,4  | 7,4    | 2:10  | 0:17  | 391   | 456   | Cc, M, L, Rte 132, Autobus pour / Bus to : Rivière-au-Renard                 |
| 21                  |                          | Refuge le Zéphyr             | 4                             | 75,4  | 5,6    | 1:30  | 0:16  | 159   | 262   | **A, Sentier sur plage, attention marée / Warning, trail on beach            |
| 22                  |                          | Camping La Chute             | 8,3                           | 83,7  | 8,3    | 2:20  | 0:16  | 789   | 591   | A, C (Près Rte/near road 132)  |
| 23                  |                          | Anse de l'étang              | 8,4                           | 92,1  | 7,6    | 2:00  | 0:15  | 238   | 451   | Rte 132 (+2 km de l'Anse St-Yvon: M, R ) - Plage / Beach                     |
| 24                  |                          | Inter Motel St-Yvon          | -                             | -     | 4,6    | 1:10  | 0:15  | 178   | 170   | M (transport possible / Ride available to Cloridorme : R, E, P)              |
| 25                  |                          | Refuge Les Cascades          | 16,4                          | 108,5 | 18,3   | 4:00  | 0:13  | 1015  | 920   | **A (+3 km Cloridorme: M, R, E, P), Rte 132                                  |
| 26                  |                          | Camping les Terrasses        | 11,5                          | 120,0 | 11,9   | 3:17  | 0:16  | 826   | 646   | A, C   |
| 27                  |                          | Petite-Vallée                | 11                            | 131,0 | 7,8    | 2:24  | 0:18  | 453   | 620   | M, E, R, Bus, P, Attention marée / Warning see level #26 <-> #28             |
| Haute Gaspésie      | 28                       | Grande-Vallée                | 7,1                           | 138,1 | 11,7   | 4:00  | 0:20  | 611   | 669   | **TT (C Soleil couchant + M Richard (418) 393-2670 = L), Rte 132             |
|                     | 29                       | Camping le Grand-Sault       | 18,9                          | 157,0 | 18,4   | 4:15  | 0:13  | 1015  | 736   | A, C, Rte 132  |
|                     | 30                       | Rivière-la-Madeleine         | 9,2                           | 166,2 | 7,1    | 1:40  | 0:14  | 116   | 397   | A Marina, 37 Bellevue (R Capitainerie 418-393-2777), M, E, R, Cc, P, Rte 132 |
|                     | 31                       | Madeleine centre             | 2                             | 168,2 | 4,5    | 1:00  | 0:13  | 156   | 151   | M, E, R, Cc, P, B, Rte 132, (M du Rocher (418) 393-2425 = L)                 |
|                     | 32                       | Manche d'épée                | 12,9                          | 181,1 | 13,7   | 4:00  | 0:17  | 745   | 995   | M, Rte 132 (M du Rocher (418) 393-2425 = L)                                  |
|                     | 33                       | Gros-Morne                   | 8,8                           | 189,9 | 9,6    | 2:08  | 0:13  | 532   | 498   | E, R, P, Rte 132   |
|                     | 34                       | Abri Ruisseau-Flétan         | 3                             | 192,9 | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓   | A (nouvel abri / new shelter)  |
|                     | 35                       | L'Anse-Pleureuse             | 11                            | 203,9 | 13,9   | 3:47  | 0:16  | 689   | 695   | **M, Cc l'Anse Pleureuse, Rte 132  |
|                     | 36                       | Mont-Louis                   | 7                             | 210,9 | 7,5    | 1:35  | 0:12  | 298   | 288   | **TT, Cc Parc et Mer, Rte 132, H régionale                                   |
|                     | 37                       | Mont Saint-Pierre            | 6,6                           | 217,5 | 9,7    | 2:53  | 0:17  | 751   | 744   | **TT, Délice Motel (L), prochain/next E = 159 & 248 km                       |
|                     | 38                       | Rivière Mont St-Pierre       | 3,4                           | 220,9 | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓   | Cc Mont Saint-Pierre (+3 km sur le sentier/on the trail) = douche, L         |
| Parc de la Gaspésie | 39                       | Refuge les Cabourons         | 21,3                          | 242,2 | 22,3   | 5:14  | 0:14  | 1140  | 599   | **A  |
|                     | 40                       | Mont J.-Cartier:3 refuges    | 13,7                          | 255,9 | 14,6   | 3:42  | 0:15  | 605   | 581   | **A \$, C (douche), Rte 16   |
|                     | 41                       | Base du Mont J.-Cartier      | 4                             | 259,9 | 4,1    | 0:22  | 0:05  | 291   | 45  | Section en autobus / Bus section (obligatoire)                               |
|                     | 42                       | Sommet Mont J.-Cartier       | 4,1                           | 264,0 | 4,2    | 1:27  | 0:20  | 518   | 61  | (A)  |
|                     | 43                       | Refuge Le Tétras             | 5,1                           | 269,1 | 5,3    | 2:08  | 0:24  | 233   | 478   | **A \$   |
|                     | 44                       | Abris Le Pergélisol          | 6,1                           | 275,2 | 6,4    | 2:10  | 0:20  | 216   | 552   | (A)  |
|                     | 45                       | Refuge Le Roselin            | 0,5                           | 275,7 | 0,7    | 0:10  | 0:14  | 21    | 36  | **A \$   |
|                     | 46                       | Gîte du Mont-Albert          | 8                             | 283,7 | 9,3    | 2:15  | 0:14  | 234   | 681   | **M (418-763-2288), R, L (sous-sol), C, EP, Rte 299                          |
|                     | 47                       | Mt Albert via (A) Serpentine | 11,3                          | 295,0 | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓   | (A) 6 km, option via sommet / thru peak = 11,3 -> 6,5 km (-4,8)              |
|                     | 48                       | Camping La Fougère           | -                             | -     | 16,7   | 6:00  | 0:21  | 1233  | 694   | C  |
|                     | 49                       | Refuge La Paruline           | 10,4                          | 305,4 | 3,7    | 0:58  | 0:15  | 93    | 153   | A \$   |
| 50                  | Lac Cascapédia           | 8,6                          | 314,0                         | 8,5   | 2:42   | 0:19  | 447   | 627   | **C (Voir gardien / See ranger), douche, A\$ (Le Pluvier), Rte 11 |  |
| 51                  | Camping le Saule         | -                            | 314,0                         | 15,8  | 4:34   | 0:17  | 1384  | 1119  | C   |  |
| 52                  | Refuge La Mésange        | 14,6                         | 328,6                         | 1,3   | 0:19   | 0:14  | 118   | 66    | A \$,   |  |
| 53                  | Refuge Le Huard          | 11,2                         | 339,8                         | 11,1  | 3:26   | 0:18  | 523   | 836   | **A, C "Le Kalmia" (+2 km Sur le sentier / On the trail), Rte 11  |  |
| 54                  | Camping le Kalmia        | -                            | -                             | 2,2   | 0:35   | 0:15  | 43    | 36    | C (Près de la route / Near the road)                              |  |
| 55                  | Refuge Le Carouge        | 7,7                          | 347,5                         | 6,2   | 2:19   | 0:22  | 559   | 295   | A \$  |  |
| 56                  | La Roulotte              | 6                            | 353,5                         | ↓     | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | (A)   |  |
| 57                  | Refuges Mt LML + Nictale | 3                            | 356,5                         | 9,5   | 3:05   | 0:19  | 808   | 577   | **A   |  |

| #  | De/From                       | À/TO | Km   | Total | KM-GPS | HH:MM | MM/km | Elev+ | El- (m) | Description  |
|----|-------------------------------|------|------|-------|--------|-------|-------|-------|---------|--|
| 58 | Sommet Mont Logan             |      | 3    | 359,5 | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓       |  |
| 59 | Camping ruisseau Bascon       |      | 10,6 | 370,1 | 12,0   | 4:25  | 0:22  | 675   | 1074    | A, C   |
| 60 | Auberge Monts Chic-Chocs      |      | 3    | 373,1 | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓       | **M, R (+2 km) (800-665-3091)  |
| 61 | <b>Rte 1</b>                  |      | 3,8  | 376,9 | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓       | Rte 1 (+38 km <b>Cap-Chat: **TT: Gite Arc-en-ciel</b> )                    |
| 62 | Petit Sault                   |      | 1,7  | 378,6 | 9,3    | 2:50  | 0:18  | 392   | 880     | A, C   |
| 63 | Sommet Nicol Albert           |      | 6,1  | 384,7 | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓       |  |
| 64 | Lac Beaulieu                  |      | 9,2  | 393,9 | 15,2   | 7:00  | 0:27  | 1589  | 1071    | A, C   |
| 65 | Mont Blanc                    |      | 4,8  | 398,7 | 5,1    | 2:30  | 0:29  | 739   | 347     | A  |
| 66 | Mont Craggy                   |      | 2,6  | 401,3 | 2,5    | 1:05  | 0:26  | 70    | 454     | A, C (+1 km Du sentier / From trail)                                       |
| 67 | Lac Gros Ruisseau             |      | 9,8  | 411,1 | 9,8    | 4:27  | 0:27  | 904   | 957     | A, C (+0,5 km Du sentier / From trail)                                     |
| 68 | Inter sommet / peak           |      | 4,6  | 415,7 | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓       | (+0,9 km Pour sommet / For peak)   |
| 69 | Lac Matane                    |      | 2,8  | 418,5 | 7,4    | 2:50  | 0:22  | 483   | 870     | A, C (+0,5 km Du sentier / From trail), Rte 1                              |
| 70 | Mont Valcourt                 |      | 4,9  | 423,4 | 5,4    | 2:20  | 0:25  | 645   | 261     | A, C (+0,5 km Du sentier / From trail)                                     |
| 71 | Inter sommet / peak           |      | 2,5  | 425,9 | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓       | (+1 km Pour sommet / For peak)   |
| 72 | Inter sentier riv. Duvivier   |      | 4,9  | 430,8 | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓       |  |
| 73 | Lac Tomberneau                |      | 1,7  | 432,5 | 10,0   | 4:04  | 0:24  | 723   | 1001    | A, C (Raccourci / Shortcut = - 2 km)                                       |
| 74 | Inter 2x Abris                |      | 11,2 | 443,7 | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓       | A\$ (+2 km Du sentier / From trail)  |
| 75 | Ruisseau Pitounes             |      | 2,4  | 446,1 | 12,5   | 4:12  | 0:20  | 822   | 745     | A, C   |
| 76 | Rte 1                         |      | 9,8  | 455,9 | 11,8   | 4:21  | 0:22  | 677   | 995     | A "Rivière Matane" (+2 km <u>Sur le sentier / On the trail</u> )           |
| 77 | Poste John                    |      | 3,5  | 459,4 | 1,4    | 0:22  | 0:15  | 59    | 57      | C, Navette / Shuttle : 418-224-3345  |
| 78 | Rte 1                         |      | 1,6  | 461,0 | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓       |  |
| 79 | <b>Camp Tamagodi</b>          |      | 4    | 465,0 | 7,0    | 1:44  | 0:14  | 259   | 290     | M,Cc,L, (+9 km <b>St-René: **E,B,</b> ) 418-429-9340                       |
| 80 | Saint Vianney                 |      | 9,2  | 474,2 | 10,3   | 2:37  | 0:15  | 561   | 398     | A, C (toilette+douche+L: clef à la coop), <b>E, R</b>                      |
| 81 | Intersection rang/bois        |      | 6,8  | 481,0 | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓       |  |
| 82 | <b>Refuge Les Trois Sœurs</b> |      | 5,7  | 486,7 | 11,4   | 2:28  | 0:12  | 442   | 382     | A, C (Eau / Water 0,7 km Nord / North)                                     |
| 83 | Dépôt Soucy                   |      | 2,6  | 489,3 | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓       |  |
| 84 | Inter Camp Sable Chaud        |      | 5,9  | 495,2 | 10,5   | 2:50  | 0:16  | 354   | 499     | (A)  |
| 85 | <b>Amqui</b>                  |      | 7    | 502,2 | 6,2    | 1:26  | 0:13  | 172   | 179     | <b>**TT, A, Cc(i) (toilette,douche,L), (M: L'ambassadeur: L)</b>           |
| 86 | Abris l'Érablière             |      | 17,0 | 519,2 | 17,6   | 4:22  | 0:14  | 756   | 618     | A  |
| 87 | St-Alexandre des Lacs         |      | 7,0  | 526,2 | 15,9   | 3:57  | 0:14  | 725   | 672     | A (+2 km Nord / North), P  |
| 88 | Les Chutes                    |      | 16   | 542,2 | 11,8   | 3:10  | 0:16  | 491   | 622     | A, C   |
| 89 | <b>Causapscal</b>             |      | 7,4  | 549,6 | 16,7   | 4:40  | 0:16  | 902   | 964     | <b>**TT, A, Cc(i) (douche), Rte 132</b>                                    |
| 90 | Sainte-Marguerite             |      | 17,9 | 567,5 | 21,0   | 4:50  | 0:13  | 950   | 679     | A, Cs, (bar)   |
| 91 | <b>Refuge Ruisseau-Creux</b>  |      | 12   | 579,5 | 10,9   | 2:17  | 0:12  | 208   | 469     | A, C   |
| 92 | <b>Refuge le Quartz</b>       |      | 14   | 593,5 | 11,6   | 4:19  | 0:22  | 900   | 899     | A, C   |
| 93 | <b>Refuge Le Corbeau</b>      |      | 17   | 610,5 | 17,6   | 5:41  | 0:19  | 1174  | 1000    | A, Cs  |
| 94 | <b>Refuge Le Turcotte</b>     |      | 11   | 621,5 | 9,6    | 2:24  | 0:15  | 443   | 444     | A, Cs, <b>EP</b> près de l'église / near the church (+2 km)                |
| 95 | Chutes à Pico                 |      | 7    | 628,5 | ↓      | ↓     | ↓     | ↓     | ↓       |  |
| 96 | <b>Matapédia</b>              |      | 8    | 636,5 | 19,4   | 5:42  | 0:17  | 1090  | 1322    | <b>**TT, A, C, Rte 132 (M: Restigouche: L) (+1,7 km -&gt; N-Brunswick)</b> |

Réserve faunique de Matane

Vallée de la Matapédia

Notes:

|   |  |
|---|--|
| <b>Légende :</b> (\$ = frais additionnels / additional fee - passeport) | <b>Services aux Randonneurs :</b> (Référence : SIA-QC au (418) 562-7885 ou info@sia-iat.com) |
| C = Camping   | E = Épicerie/Grocery (EP=partiel)  |
| Cs = Camping sauvage (wild)   | R = Restaurant   |
| Cc = Camping commercial (\$)  | B = Banque / Bank  |
| A = Abris/Shelter, (A) Jour/Day   | L = Lavage / Laundry   |
| M = Motel (\$)  | P = Poste / Post office  |
| H = Hôpital / clinic médical  | TT = Tous services / All services  |
| ** = À considérer / Consider  | <b>(rouge/red) = importants</b>  |

Cap-aux-Os : Auberge internationale Forillon, 418-892-5153 (M, R, L)  
 Parc Forillon : Aube aventure, 418 892-0003  
 Parc de la Gaspésie : 800-665-6527  
 Cap-Chat: Valmont plein air: 418-786-1355, Poste John: 418-224-3345  
 Matane : Taxi Matane: 418-562-2030  
 Sainte-Marguerite : 418-778-5824  
 Matapédia : Nature aventure, Mme Labonté: 418-865-3554. Bus à l'épicerie Bujold.

Les informations sont basées sur les cartes du site SIA-QC, mon GPS et mon expédition de 2015 du Nord au Sud. Signaler toute modification svp.  
 Les informations sont des repères. Le tracé GPS sur votre téléphone intelligent est disponible sur demande à **VoyagerUltraLeger.com** (données 2015).  
 Les données sont inscrites à titres informatifs et peuvent varier selon la source, les problèmes techniques, les erreurs, la température, etc.  
 Les flèches indiquent qu'il n'y a pas de donnée précise pour ce point. La couleur **verte/jaune/rouge** dans MM/km indiquent les sections **+faciles ET +difficiles**.  
**Exemple lecture: ligne 80 (Tamagodi à St Vianney), carte = 9,2 km, GPS = 10,3 km, temps parcours 2h 37 min, moyenne 15 min/km, élévation +561 / -398 mètres.**  
 Le passeport SIA-Qc permet d'utiliser : sites de camping et abris du sentier, sauf exception avec symbole \$, certains sites de camping municipaux inclus (i).  
 Pour obtenir une copie du document à jour ou pour donner vos commentaires, communiquer avec info@VoyagerUltraLeger.com. Profil: +14,000 km en expé.  
 Data is based on IAT map, GPS data and my 2015 expedition from North to south. Please report any error and changes.  
 IAT data is for references. Smartphone GPS track is available on request at VoyagerUltraLeger.com (2015 data).  
 Data can vary according to the source, technical problems, errors, weather, etc.  
 Arrows indicate that there is no data for that section. The **green / yellow / red** color in MM / km column indicate **easier AND harder** sections.  
**Reading example: line 80 (Tamagodi to St Vianney), map = 9.2 km, GPS = 10.3 km, time 2 hours 37 min, average 15 min / km, elevation +561 / -398 meter.**  
 IAT-QC passport allows use : camping sites, shelters (except when \$ symbol), and some town campsites included (i).  
 For update, or to provide any feedback, contact info@VoyagerUltraLeger.com. Profile: +14,000 km Backpacking, +9000 photos + video on IAT-Qc, etc.