

Club La Foulée : sorties printanières et estivales du dimanche (2005)

Date	Sortie	Lieu de rassemblement	Heure **	Distance	Parcours	Poste d'eau
24 avril	Charny - St-Jean-Chrysostome - Charny	Parc des Chutes (Charny)	08h15	15-25 km	Aller-retour	Non
1 ^{er} mai	Ancienne-Lorette (Collège Champigny)	Stationnement Collège Champigny (route de l'aéroport)	08h15	15-20 km	Aller-retour ou boucle	Non
8 mai	<i>Demi-Marathon International de Qc</i> (Sortie alternative sans encadrement)	Stationnement des C. de Cartier	08h15	Libre	Libre	Non
15 mai	Saint-Romuald – Lauzon – Saint-Romuald	Stationnement centre d'achats de Saint-Romuald	08h15	15-25 km	Aller-retour	Non
22 mai	<i>Compétition de Baie-St-Paul</i> (Sortie alternative sans encadrement)	Stationnement des C. de Cartier	08h15	Libre	Libre	Non
29 mai	<i>Voyage au Marathon d'Ottawa</i> (Sortie alternative sans encadrement)	Stationnement des C. de Cartier	08h15	Libre	Libre	Non
5 juin	<i>Compétition de Beauport</i> (Sortie alternative sans encadrement)	Stationnement des C. de Cartier	08h15	Libre	Libre	Non
12 juin	Boischatel – Beauport - Boischatel	École primaire Boischatel	07h45	15-20 km	Aller-retour	Oui
19 juin	Saint-Gabriel de Valcartier (les Équerres)	École Saint-Gabriel	07h45	15-25 km	Aller-retour ou boucle	Oui
26 juin	<i>Compétition de L'Islet (à confirmer)</i> (Sortie alternative sans encadrement)	Stationnement des C. de Cartier	07h45	Libre	Libre	Non
3 juillet	Sortie suivie de l'activité sociale estivale	À préciser	07h45	15-25 km	À préciser	Oui
10 juillet	Saint-Nicolas–Saint-Étienne–Saint-Nicolas	École secondaire l'Envol de Saint-Nicolas	07h45	15-30 km	Aller-retour	Oui
17 juillet	<i>Compétition de Yamachiche la veille</i> (Sortie alternative sans encadrement)	Stationnement des C. de Cartier	07h45	Libre	Libre	Non
24 juillet	Shannon - Sainte-Catherine - Shannon	Centre commercial Shannon	07h45	15-35 km	Aller-retour	Oui
31 juillet	Parcours du Marathon des Deux-Rives	À préciser	07h45	15-35 km	Aller	Oui
7 août	Charny – Saint-Lambert – Charny	Parc des Chutes (Charny)	07h45	15-30 km	Aller-retour	Oui
14 août	Lévis-Lauzon -Saint-Charles- Lévis-Lauzon	Cégep Lévis-Lauzon	07h45	15-30 km	Aller-retour	Oui
21 août	Ange-Gardien-Ste-Anne-de-Beaupré-A.-G.	Musée du Petit Pré	07h45	15-20 km	Aller-retour	Oui
28 août	<i>Marathon des Deux-Rives</i> (Sortie alternative sans encadrement)	Stationnement des C. de Cartier	07h45	Libre	Libre	Non

C.A. du Club La Foulée et Jacques Mainguy (avril 2005) / Calendrier sujet à ajustement : le cas échéant, vous serez avisés au cours de la semaine précédant la longue sortie.

** N.B. Il s'agit de l'heure du point de rassemblement. Le départ pour la longue sortie se fera à 08h30 jusqu'au 5 juin et à 08h00 à compter du 12 juin.