



Aventure et Nature

Québec, naturelle et sportive

La région de Québec s'impose comme le sanctuaire des amateurs de sensations fortes et de plein air. Aventuriers avides d'adrénaline et amoureux de nature s'y retrouvent pour vivre moments magiques et escapades inoubliables. De jour comme de nuit, votre cœur va battre fort à Québec!

Clientèle ciblée : groupes d'affinité

Avertissement. Ce programme nécessite une très bonne condition physique.

Votre première journée

Aujourd'hui, explorez les territoires de la Jacques-Cartier et de Portneuf.

Ce matin, prenez de l'altitude!

Deux options vous sont offertes.

1. Avec **Québec Aérotours**, volez au-dessus de la vallée de la Jacques-Cartier **en hydravion!** Découvrez à basse altitude ses lacs, ses forêts, ses grands espaces et au retour, la Chute Montmorency, le château Frontenac et les Plaines d'Abraham.

Durée : 1 heure

Capacité d'accueil : 5 personnes par hydravion, 3 hydravions disponibles

2. Avec [Montgolfière Aventure](#), survolez la région **en montgolfière!** La splendeur des paysages n'en paraît que plus évidente et les sensations s'avèrent extraordinaires. **Une expérience féérique!**

Envolée traditionnelle

Durée du vol : entre 45 et 90 minutes selon les vents

Durée de l'activité : 4 heures (départ au lever du soleil)

Capacité d'accueil : 36 personnes maximum

Cet après-midi, plongez dans les profondeurs!

[Action Plans d'eau Plein Air](#) vous invite au « trou du diable ». Avec ses 980 mètres de développement, la grotte de Saint-Casimir de Portneuf constitue **la deuxième plus longue grotte du Québec**. La visite se révèle à la fois mystérieuse et éducative.

Durée : 1 heure 30 minutes

Capacité d'accueil : 1 guide pour 8 participants, plusieurs guides disponibles

Ensuite, deux options vous sont offertes.

1. Empruntez librement l'un des [sentiers balisés le long des gorges de la rivière Sainte-Anne](#). De nombreux belvédères les jalonnent pour contempler la nature environnante. Par exemple, le « Sentier des 7 merveilleux » forme une boucle de 13 km où vous pouvez admirer sept merveilleux lacs de la région.
2. Découvrez librement en [canot et kayak](#) **une multitude de lieux fascinants**. Le barrage de Saint-Alban crée un cours d'eau de 15 km navigables en eau calme. Des trajets avec différents niveaux de difficulté vous y attendent.

Durée : variable selon les trajets

Capacité d'accueil : 12 canots, 1 kayak double et 3 kayaks simples

Ce soir, sondez la nuit...

Au cours d'**une randonnée nocturne**, les gardes-parc du [Parc national de la Jacques-Cartier](#) vous initient aux **mystères de la nuit**. Comment les êtres vivants s'adaptent-ils à la nuit? Qui dort? Qui chante? Qui chasse?

Les mystères de la nuit

Durée: 2 heures

Capacité d'accueil : 20 personnes, plusieurs guides disponibles

Pour savourer plus encore votre séjour en pleine nature, **une nuitée en yourte** vous est suggérée. Ce mode d'hébergement rustique invite à l'évasion avec sa clé de voûte qui permet d'**observer les étoiles**.

D'autres [modes d'hébergement](#) peuvent aussi contribuer à **vos osmose avec l'environnement** tout en étant confortables (tente Huttopia par exemple).

Votre deuxième journée

Aujourd'hui, ressentez des sensations fortes en Jacques-Cartier.

Ce matin, parcourez la rivière Jacques-Cartier **en rafting!**

Les guides expérimentés de [Expéditions Nouvelle Vague](#) vous font découvrir **les fabuleux rapides de la section Tewkesbury** : 9 km de rapides de classes III-IV (V)! La descente s'accompagne d'activités aquatiques et d'un succulent BBQ.

Rafting forfait « La traditionnelle »

Durée : 4 heures (1 heure de préparation + 3 heures sur l'eau)

Capacité d'accueil : de 8 à 60 personnes

Cet après-midi, éprouvez de nouvelles émotions.

À la Station touristique Duchesnay, deux options vous sont offertes.

1. Vivez une expérience aérienne à **la cime des arbres** avec [D'Arbre en Arbre Duchesnay](#). Quatre circuits de difficultés variables répondent aux attentes de tous. **Panoramas saisissants!**

Durée : variable selon le parcours choisi

Capacité d'accueil : à partir de 15 personnes

2. Jouez au [Géo-Rabaska](#). Cette **course de géocaching** en équipe vous conduit à des balises en forêt où vous aurez à résoudre des énigmes qui mènent au trésor.

Durée : 2 heures 15 minutes

Capacité : de 10 personnes à 60 personnes

Information sur demande.

Enfin, **détendez-vous** au [Tyst Trädgård – Jardin de détente](#). Les installations d'hydrothérapie sont à l'extérieur, dans un cadre enchanteur. Immergez-vous **dans les bassins d'eau** et obtenez les bienfaits de l'alternance du chaud et du froid.

Durée : variable selon l'activité choisie

Capacité d'accueil : groupe de 8 personnes maximum, plusieurs groupes possibles en rotation sur les différentes activités

Ce soir, deux options vous sont offertes, toujours à la Station touristique Duchesnay.

1. Pour bien vous restaurer après votre journée d'efforts, le [Bistro-bar Le Quatre-Temps](#) propose **une cuisine aux accents du terroir québécois** dans une ambiance champêtre.
2. [Les contes du lac](#) vous suggèrent **une randonnée pédestre ou en rabaska de nuit** jusqu'à la plage secrète, pour profiter de contes savoureux autour d'un bon feu de camp.

Durée : 1 heure 30 minutes

Capacité d'accueil : de 10 à 60 personnes

Aujourd'hui, éclatez-vous sur la Côte-de-Beaupré!

Ce matin, deux options vous sont offertes.

1. Les guides professionnels de [Canyoning-Québec](#) vous font descendre sur corde **les magnifiques cascades de la Chute Jean-Larose**. Apprenez les techniques de canyoning en toute sécurité et descendez trois cascades de 12, 19 et 41 mètres de hauteur. **Inoubliable!**

Descente sur corde à la Chute Jean-Larose

Durée : de 3 à 4 heures

Capacité d'accueil : de 13 à 20 personnes

2. Avec [Aventure X](#), empruntez le circuit d'exploration sur câbles de sécurité le plus sensationnel du Québec! Longeant **les vertigineuses parois du Canyon Sainte-Anne**, il offre des prises de vue saisissantes. Plusieurs activités sont offertes : via ferrata, tyrolienne aérienne, descente en rappel.

Durée : variable selon l'activité sélectionnée

Capacité d'accueil : de 10 à 90 personnes

Cet après-midi, jouissez des richesses du Mont-Sainte-Anne.

Empruntez la [télécabine panoramique](#) pour accéder au sommet de la montagne. **Profitez du panorama exaltant** sur le fleuve Saint-Laurent, l'Île d'Orléans, la région de Charlevoix, la chaîne des Laurentides et la ville de Québec.

Durée : 14 minutes

Capacité d'accueil : 8 personnes par télécabine

Pour descendre de la montagne, deux options vous sont offertes.

1. En empruntant le réseau de [sentiers pédestres](#), de façon autonome.

Durée : 2 heures, variable selon le sentier choisi.

2. En [vélo de montagne](#), de façon autonome.

Durée : entre 10 minutes et 1 heure, variable selon le sentier choisi

Notez que ces deux activités peuvent se faire à la suite les unes des autres après avoir repris la télécabine.

Terminez votre après-midi en beauté avec [Zonespa](#) à Saint-Ferréol-les-neiges. Relaxez dans **le bain de vapeur aromatique**, le sauna finlandais et le spa extérieur.

Durée : variable selon le forfait choisi

Ce soir, le [Château Mont Sainte-Anne](#) vous convie à son bistro branché. **Une cuisine évolutive avec produits authentiques de la région** couronnera agréablement votre séjour.

Des **événements** peuvent compléter votre séjour.

L'été :

- [Vélirium](#)
- [Marathon des Deux Rives SSQ](#)

L'automne :

- [Grande virée des couleurs](#)

Pour **une visite sur mesure** ou une demande spécifique, contactez :

- [ENF Canada – Les Excursions Nouvelle-France inc.](#)