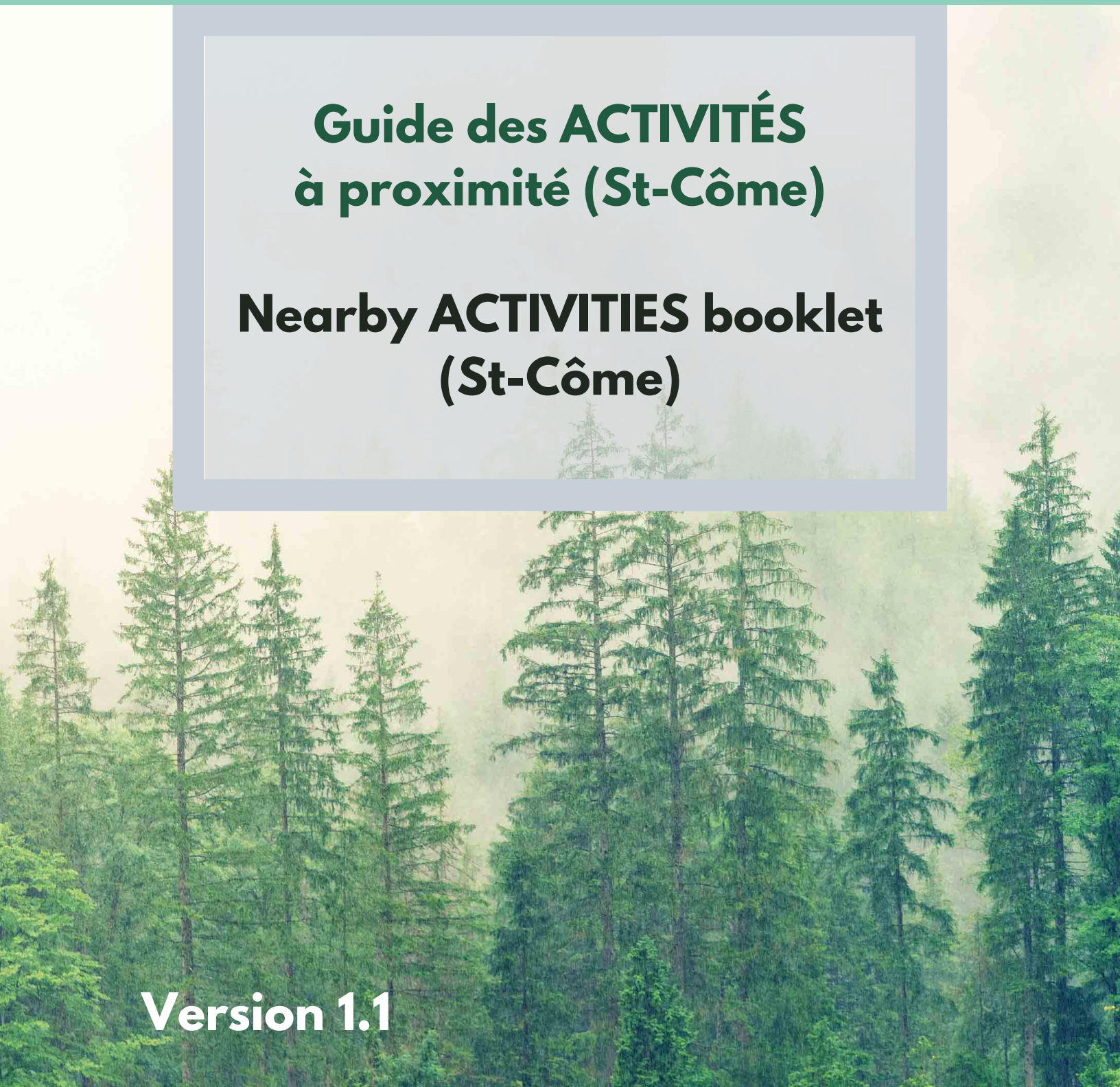
BO

HÔTELLERIE de PLEIN AIR

BSD RESIDENCES

Guide des ACTIVITÉS à proximité (St-Côme)

Nearby ACTIVITIES booklet (St-Côme)



Version 1.1

Suivez-nous!

Follow us!

Facebook : tinyBSD

Instagram : bsdresidences

www.hpab.ca

www.reservation.bsdresidences.com

BSD RESIDENCES

BO

ACTIVITÉS

DESCRIPTION FRANÇAISE

Activités à proximité

Au Canot Volant (canot, kayak, planche à pagaie) ... P. 5

Randonnées ..... P. 7

Centre de santé Le Rituel..... P. 9

Équitation ..... P. 11

Golf Val St-Côme ..... P. 13

Escalade ..... P. 15

SKI-DOO (motoneige) et VTT (4 roues) ..... P. 17

Ski alpin ..... P. 19

Raquette et ski de fond ..... P. 21

Chiens de traineau ..... P. 23

St-Côme en glace (festival) ..... P. 25

*Les images et descriptions des activités ont été puisées à même les sites web des fournisseurs de services.

ACTIVITIES

English description

Nearby activities

Au Canot Volant (canoe, kayak, paddle board) ..... P. 6

Hiking ..... P. 8

Le Rituel (health center) ..... P. 10

Horse riding ..... P. 12

Golf Val St-Côme ..... P. 14

Mountain climbing ..... P. 16

SKI-DOO (snowmobile) and ATV (4 wheeler) ..... P. 18

Skiing (mountain) ..... P. 20

Snowshoeing and cross-country skiing ..... P. 22

Dog sledding ..... P. 24

St-Côme en glace (festival) ..... P. 26

**Images and descriptions of activities were drawn from the websites of the service providers.*

BSD RESIDENCES

BO

Activités à proximité
AU CANOT VOLANT

Le Canot Volant est une entreprise en tourisme d'aventure située à saint-Côme. Leurs différents forfaits permettent à une clientèle de tous âges de profiter d'une belle journée d'activité en plein air. Ils proposent des activités de descente de rivière et de randonnée, guidées ou autonomes, en canot et en kayak, sur les eaux limpides de la rivière l'Assomption.

PETITE DESCENTE 6 km 2-3 heures
RANDO-CANOT : 11 km 5-6 heures
BALADE EN EAU CALME 1 heure (en face de l'accueil; canot, kayak, planche à pagaie)

Tarif : entre 8$ et 34$

LA PETITE DESCENTE :
La petite descente de 6 km permet à monsieur et madame tout le monde de vivre une expérience de rivière en eau vive. Cette section de rivière limpide est idéale pour les familles, les groupes d'amis, les couples et les gens solitaires. Arrêtez-vous sur la berge pour vous baigner ou simplement relaxer... Bonne descente!

RANDO-CANOT :
L'activité débute par une randonnée pédestre de 5 km sur l'une des plus belles sections du Sentier National, le secteur des chutes Swaggin.
De niveau débutant-intermédiaire, la randonnée se déroule au cœur de la forêt mixte, le long de la rivière Swaggin, jusqu'à la rivière l'Assomption. Plusieurs chutes impressionnantes vous obligent à l'arrêt le long du parcours. La descente en rivière de 6 km est une succession d'eaux vives faciles et d'eau calme. La rivière coule doucement au rythme des chalets et des montagnes. C'est la section idéale pour l'initiation au canot de rivière et au kayak récréatif, et ce, pour toute la famille.

Pour de plus amples informations :
Le canot volant
(450) 883-3886
info@canotvolant.ca

Nearby activities
AU CANOT VOLANT

Le Canot Volant is an adventure tourism company located in Saint-Côme. Their different packages allow a clientele of all ages to enjoy a beautiful day of outdoor activity. They offer river descent and hiking activities, guided or autonomous, by canoe and kayak, on the clear waters of the Assomption River.

PETITE DESCENTE 6 km 2-3 hours
RANDO-CANOT : 11 km 5-6 hours
BALADE EN EAU CALME 1 hour (near the reception; canoe, kayak, paddle board)

Fees*: between $8 and $34*

LA PETITE DESCENTE :
This small descent of 6 km is accessible to almost everyone who wants to experience a smooth river descent. This clear section of river is ideal for families, groups of friends, couples and single people. Stop on the bank to swim or simply relax... Have a nice trip!

RANDO-CANOT :
The activity begins with a 5 km hike on one of the most beautiful sections of the National Trail, the Swaggin Falls area. Beginner-intermediate level, il takes place in the heart of the mixed forest, along the Swaggin River, to the Assumption River. Several impressive falls force you to stop along the route. The 6 km river descent is a succession of easy white water and calm water. The river flows smoothly to the edges of cottages and mountains. This is the ideal section for a good introduction to river canoeing and recreational kayaking.

For more information :
Le canot volant
(450) 883-3886
info@canotvolant.ca
www.canotvolant.ca

Activités à proximité
RANDONNÉES

Parc régional de la Chute-à-Bull

Vous pouvez découvrir des cascades d'eau pure, respirer l'odeur de la nature intacte, entendre les doux bruits de la forêt, marcher sur des sentiers écologiques et historiques, ravir la montagne et admirer le panorama magnifique du haut du belvédère et voir un majestueux torrent de 20 m de hauteur.

Ce parc offre des sentiers débutants et familiaux ainsi que des sentiers plus abruptes pour les plus téméraires. Des toilettes sèches se trouvent à quelques endroits sur les sentiers. Les 9 km des sentiers boisés valent le déplacement. Ce parc est à proximité du village de Saint-Côme et en plein cœur de la forêt Laurentienne. Les chiens en laisse sont acceptés.

Pour de plus amples informations :
Rue du Lac Guénard, Saint-Côme, QC J0K 2B0
(450) 883-2730 Tarif : 7 $
https://www.parcsregionaux.org/parcs-regionaux/parcs/parc-regional-de-la-chute-a-bull/

Swaggin

Ce tronçon se divise en deux sections. La portion Ouest saura satisfaire les plus sportifs. La randonnée débute au chemin du lac Clair, et ce, jusqu'au sommet de la montagne du Tranchant, l'endroit tout désigné pour admirer le lac Clair.

À l'est, le sentier longe la rivière Swaggin et permet d'admirer une succession de cascades ainsi qu'une très jolie chute. La passerelle de la rivière l'Assomption et le refuge Swaggin se trouvent à quelques pas du stationnement pour un arrêt pique-nique.

Entrée 1: Chemin du Lac Clair, Saint-Côme
Entrée 2: Chemin Simon-Lussier, Saint-Côme

Pour de plus amples informations :
Association touristique régionale de Lanaudière
(450) 834-2535
https://lanaudiere.ca/fr/activites-lanaudiere/plein-air/randonnee/sentier-swaggin/

Nearby activities
HIKING

Parc régional de la Chute-à-Bull

You can discover waterfalls of pure river water, breathe the smell of untouched nature, hear the soft sounds of the forest, walk on ecological and historical trails, delight the mountain and admire the magnificent panorama from the top of the belvedere and see a majestic torrent of 20m high.

This park provides beginner and family trails as well as steeper trails for the more adventurous. You'll find dry toilets in a few places on the trails. The 9 km of forest trails are worth the trip. This park is near the village of Saint-Côme and is in the heart of the Laurentian forest. Dogs on a leash are accepted.

For more informations :
Rue du Lac Guénard, Saint-Côme, QC J0K 2B0
(450) 883-2730 Fee: 7 $
https://www.parcsregionaux.org/parcs-regionaux/parcs/parc-regional-de-la-chute-a-bull/

Swaggin

This part is divided into two sections. The western portion will satisfy the most athletic. The hike begins on the chemin du lac Clair, and this is, to the top of the Tranchant mountain, the perfect place to admire Lac Clair. To the East, the trail runs along the Swaggin River and allows you to admire a succession of cascades and a beautiful waterfall. The Assumption River footbridge and Swaggin Refuge are within walking steps of the parking lot for a picnic stop.

Entrance 1: Chemin du Lac Clair, Saint-Côme
Entrance 2: Chemin Simon-Lussier, Saint-Côme

For more information :
Association touristique régionale de Lanaudière
(450) 834-2535
https://lanaudiere.ca/fr/activites-lanaudiere/plein-air/randonnee/sentier-swaggin/

Activités à proximité
SPA et MASSAGES

CENTRE DE SANTÉ : LE RITUEL
1421, rue Principale, Saint-Côme, Qc, J0K 2B0

Le Centre de Santé Le Rituel est situé aux abords de la rivière l'Assomption. Ce lieu de détente unique et intime propose une gamme complète de services et d'aménagements qui appellent au repos et à la quiétude : spa, sauna, accès à la rivière, espaces de détente et accès aux installations. Plusieurs soins sont également disponibles à la carte ou en forfait : massothérapie, kinothérapie, pressothérapie, balnéothérapie.

Esthétique
Séance de balnéothérapie 30 minutes - 35 $
Soin visage équilibre 60 minutes - 75 $
Soin énergie vitale 75 minutes - 85$
Exfoliation corporelle avec enveloppement 60 minutes - 85 $

Massages
SUR CHAISE Minimum 20 min. - 1$/minute
LE BESOIN 30 minutes - 45 $
L'ESSENTIEL 60 minutes - 85 $
LA GRANDE DÉTENTE 90 minutes - 115 $
Traitement de kinésithérapie 60 minutes - 85 $

(SUR RÉSERVATION UNIQUEMENT) *prix sujets à changements*

Pour de plus amples informations :
(450) 883-0335
info@centrelerituel.com
www.centrelerituel.com

Nearby activities
SPA and MASSAGES

LE RITUEL (HEALTH CENTER)
1421, rue Principale, Saint-Côme, Qc, J0K 2B0

The ''Centre de Santé Le Rituel'' is located on the shores of the Assomption River. This unique and intimate place of relaxation offers a full range of services and amenities that call for rest and tranquility : spa, sauna, access to the river, relaxation areas and access to on-site facilities. Several treatments are also available ''à la carte'' or by package: massage therapy, physiotherapy, pressotherapy, balneotherapy. Here are a few examples:

Esthetic care
Balneotherapy session 30 minutes - 35 $
Facial care ''équilibre'' 60 minutes - 75 $
''Vital energy care'' 75 minutes - 85$
Body exfoliation with wrap 60 minutes - 85 $

Massages
ON-CHAIR MASSAGE Minimum 20 min. - 1$/minute
LE BESOIN 30 minutes - 45 $
L'ESSENTIEL 60 minutes - 85 $
LA GRANDE DÉTENTE 90 minutes - 115 $
KINESITHERAPY TREATMENT 60 MINUTES - 85 $

*(BY RESERVATION ONLY) *prices subject to change**

Centre de Santé Le Rituel

For more information :
(450) 883-0335
info@centrelerituel.com
www.centrelerituel.com

BSD RESIDENCES BO

Activités à proximité
ÉQUITATION

RANCH-O-BOIS ROND

Il est le seul centre équestre dans Lanaudière spécialisé et certifié en tourisme équestre!

Randonnées, cours et camps d'équitation, journée d'animation pour les groupes (enfants ou adultes), tout pour vous partager la passion des chevaux et vous faire vivre un moment magique dans un décor féerique avec un personnel dynamique et qualifié.

Vous trouverez une ambiance unique et des activités adaptées à l'âge et au niveau de chaque cavalier.

Tarif : Activité équestre 1h30 : 55$
2h00 : 70 $
(SUR RÉSERVATION UNIQUEMENT)

Pour de plus amples informations :
Sophie & Michel
31, 45e Avenue Rivière Boule
Saint-Côme (Québec) J0K 2B0
(450) 883-5441

info@ranchoboisrond.com
www.ranchoboisrond.com

Nearby activities
HORSE RIDING

RANCH-O-BOIS ROND

It is the only equestrian center in Lanaudière specialized and certified in equestrian tourism!

Hiking, courses and riding camps, day of animation for groups (children or adults), everything to share the passion for horses and make you live a magical moment in a magical setting with a dynamic and qualified staff.

You'll find a unique atmosphere and activities adapted to the age and level of each rider.

Fees : 1h30 : 55$
2h00 : 70 $
(RESERVATION REQUIRED)

For more information :
Sophie & Michel
31, 45e Avenue Rivière Boule
Saint-Côme (Québec) J0K 2B0
(450) 883-5441

info@ranchoboisrond.com
www.ranchoboisrond.com

Activités à proximité
GOLF

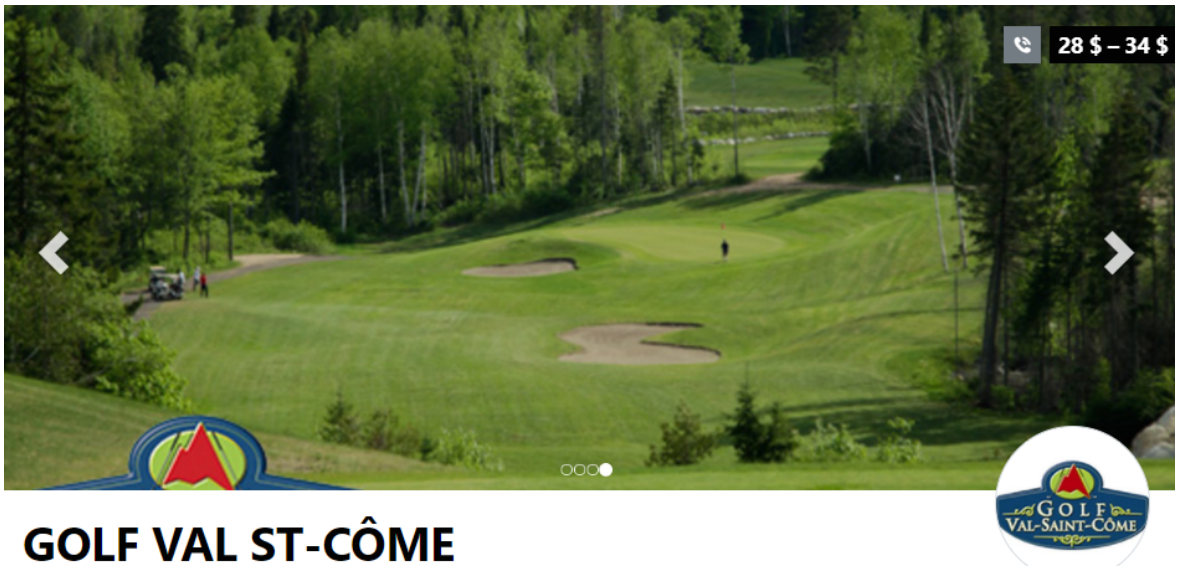
GOLF VAL ST-CÔME

Situé tout près du Mont Val St-Côme, ce terrain de 9 trous est d'une normale de 36 coups et compte un total de 3120 verges de golf.

Adresse du terrain
205 rue de l'Auberge
Saint-Côme, Qc, J0K 2B0

PRIX MOYENS
Semaine 28,00 $
Fin de semaine 34,00 $

Pour de plus amples informations :
(450) 883-1777
https://www.chronogolf.ca/fr/club/golf-val-st-come



Nearby activities
GOLFING

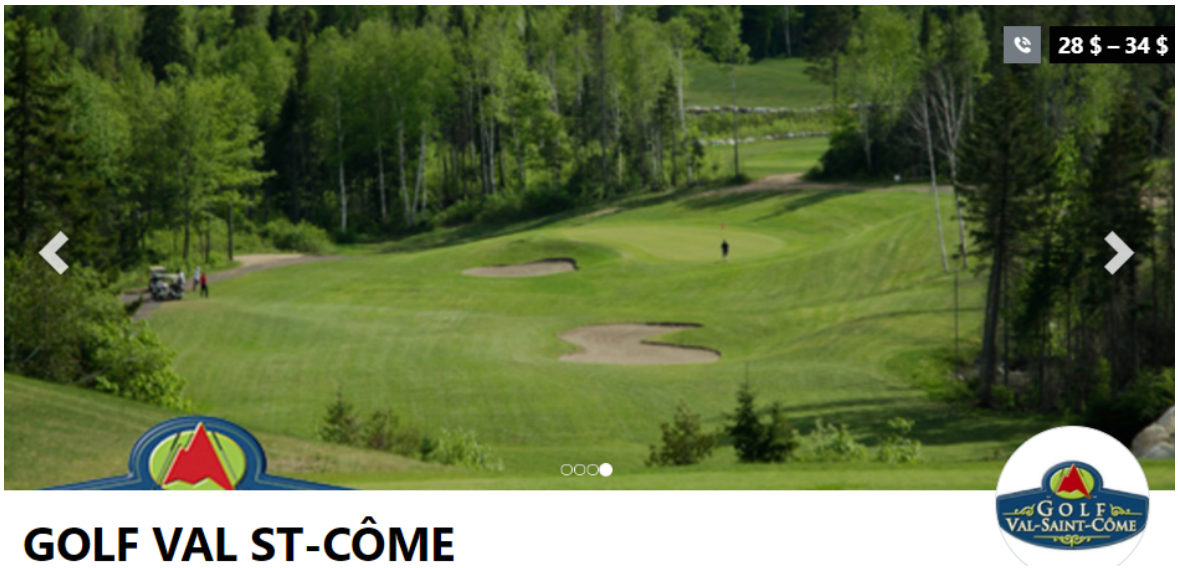
GOLF VAL ST-CÔME

Located near Mont Val St-Côme, this 9-hole course has a par of 36 shots and a total of 3120 yards of golf.

Golf course address:
205 rue de l'Auberge
Saint-Côme, Qc, J0K 2B0

AVERAGE PRICES
Week $28.00
Weekend $34.00

For more information:
(450) 883-1777
https://www.chronogolf.ca/fr/club/golf-val-st-come



Activités à proximité
ESCALADE

ESCALADE (MONTAGNE DU TRANCHANT)

La falaise offre beaucoup de voies en face raide. Il y a quelques fissures, des dalles et aussi de petits toits à surmonter. On retrouve aussi quelques multi-pitches de deux longueurs.

Ce qui rend le rocher spécial, ce sont les prises très franches. On retrouve des prises très positives et surprenantes dans la majorité des voies. L'escalade est technique et les séquences peuvent sembler difficiles jusqu'à ce qu'on trouve comment passer.

La paroi est ensoleillée de 11h30 jusqu'au coucher du soleil.

Tarif : Gratuit

Pour de plus amples informations :
fqme@fqme.qc.ca
(514) 252-3004

https://fqme.qc.ca/sites/montagne-du-tranchant-st-come/

Nearby activities
MOUNTAIN CLIMBING

MOUNTAIN CLIMBING (DU TRANCHANT MOUNTAIN)

The cliff offers many steep lanes in front. There are some cracks, slabs and also small roofs to overcome. There are also some multi-pitches of two lengths. What makes the rock special is the very frank catches.

We find very positive and surprising catches in the majority of the tracks. Climbing is technical and the sequences can seem difficult until you figure out how to get through.

The wall is sunny from 11:30 a.m. until sunset.

Fee : Free

For more information :
fqme@fqme.qc.ca
(514) 252-3004

https://fqme.qc.ca/sites/montagne-du-tranchant-st-come/

Activités à proximité
MOTONEIGE (skidoo) ET VTT (4 ROUES)

Les passionnés de plein air sont servis grâce aux sentiers de motoneige et VTT dans Lanaudière. Venez défier la nature généreuse du Pays de la motoneige et du VTT!

Vous avez déjà votre VTT ou votre motoneige? Vérifiez auprès de l'association ci-bas pour obtenir les cartes et sentiers à jour.

En quête d'une location à l'heure, d'une demi-journée, d'une journée entière ou plus? Soyez assurés d'entamer votre expédition à bord d'un engin de haute qualité sans vous soucier de son entretien et sans douter de sa fiabilité.

Pour de plus amples informations :

Association touristique régionale de Lanaudière
(450) 834-2535
1 (800) 363-2788 (Canada et Etats-Unis)
info@lanaudiere.ca
www.lanaudiere.ca

Nearby activities
SKI-DOO (snowmobile) and ATV (4 wheeler)

Outdoor enthusiasts are served by snowmobile and ATV trails in Lanaudière. Come and challenge the generous nature of the Land of Snowmobiling and ATV!

If you already have your ATV or snowmobile, check with the association below for up-to-date maps and trails.

Looking for an hourly rental, half a day, a full day or more? Rest assured that you will start your expedition aboard a high-quality machine without worrying about its maintenance and without doubting its reliability.

For more information :

Lanaudière Regional Tourism Association
(450) 834-2535
1 (800) 363-2788 (Canada and Usa)
info@lanaudiere.ca
www.lanaudiere.ca

BSD RESIDENCES

Activités à proximité
SKI ALPIN

SKI VAL SAINT-CÔME

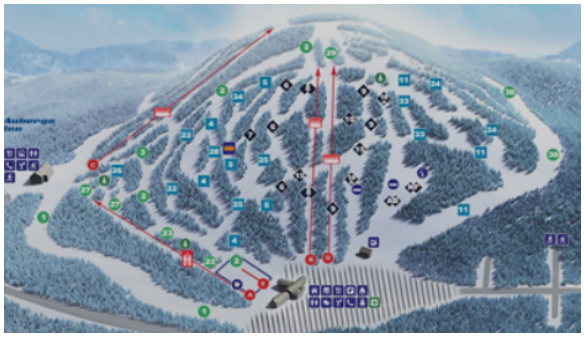
En 1979, on fonde la Station touristique Val Saint-Côme. Il n'y a alors ni électricité, ni téléphone et la seule remontée mécanique en place est un télé-barre. L'année suivante, avec l'arrivée de l'électricité, le chalet est agrandi et une chaise triple est installée.

La station de ski Val Saint-Côme vous enchantera dès la première descente. Avec ses 300 m de dénivellation, ses panoramas majestueux se déclinent sur 36 pistes de calibres variés, dont 8 éclairées en soirée. Avec en plus ses sous-bois naturels et sa zone parc à neige, la montagne promet des défis qui plairont aux skieurs et planchistes!

Comme on peut le constater année après année, la station continue d'évoluer pour permettre la satisfaction des amateurs de glisse. Val Saint-Côme, c'est plus de 35 ans de plaisir!

Tarif : entre 12$ et 55$ par jour

Pour de plus amples informations :
501, rue Val Saint-Côme
Saint-Côme (Qc) J0K 2B0
(450) 883-0701 #1
https://valsaintcome.com/



Nearby activities
SKIING

SKI VAL SAINT-CÔME

In 1979, the Val Saint-Côme Tourist Resort was founded. There is then no electricity or telephone and the only ski lift in place is a telebar. The following year, with the arrival of electricity, the chalet was enlarged and a triple chair was installed.

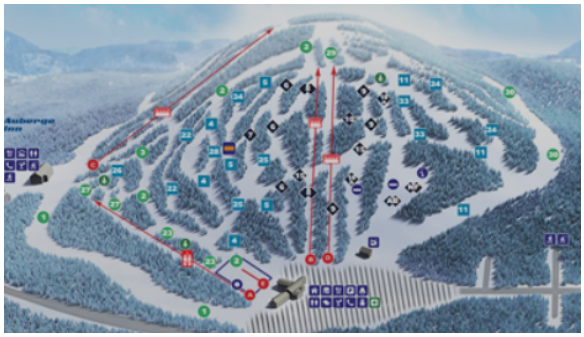
The Val Saint-Côme ski resort will enchant you from the first descent. With its 300m of elevation gain, its majestic panoramas are available on 36 tracks of various calibers, including 8 illuminated in the evening. With its natural undergrowth and snow park area, the mountain promises challenges that will appeal to skiers and snowboarders!

As we can see year after year, the resort continues to evolve to allow the satisfaction of sliding enthusiasts. Val Saint-Côme is more than 35 years of fun!

Fees : between 12$ and 55$ per day

For more information :
501, rue Val Saint-Côme
Saint-Côme (Qc) J0K 2B0
(450) 883-0701 #1

https://valsaintcome.com/



Activités à proximité
RAQUETTE et SKI DE FOND

Un réseau de raquette à proximité du village permet de profiter de plus de 30 km de sentiers en pleine nature. Il y en a pour tous les goûts.

Toutes les pistes de ski de fond sont entretenues mécaniquement.

Pour voir les cartes des sentiers :
https://lanaudiere.ca/fr/activites-lanaudiere/raquette-ski-de-fond-municipalite-de-saint-come/

Ski de fond et raquette
Sentiers municipaux de Saint-Côme
1673, 55e Rue
Saint-Côme, QC
(450) 883-2730
tourisme@stcomelanaudiere.ca

Tarif : Gratuit
Chiens en laisse autorisés

LOCATION DE RAQUETTES
Location Gauthier • 450 883-8467
Boutique Val St-Côme • 450 883-0701
Boutique Amérindienne • 450 883-6507

Nearby activities
SNOWSHOEING and CROSS-COUNTRY SKIING

A snowshoe network near the village allows you to enjoy more than 30 km of trails in the middle of nature. There is something for everyone.

All cross-country ski trails are mechanically maintained.

To see the maps
https://lanaudiere.ca/en/activities-lanaudiere/cross-country-skiing-snowshoeing-municipalite-de-saint-come/

Cross-country skiing and snowshoeing
Municipal trails in Saint-Côme
1673, 55e Rue
Saint-Côme, QC
(450) 883-2730
tourisme@stcomelanaudiere.ca

Fee : Free
Dogs on a leash allowed

SNOWSHOE RENTAL
Location Gauthier • 450 883-8467
Boutique Val St-Côme • 450 883-0701
Boutique Amérindienne • 450 883-6507

Activités à proximité
CHIEN DE TRAINEAU

KINADAPT collabore avec les chiens de traîneau pour faire bouger les gens. Les assoiffés de défis seront choyés par nos sentiers techniques et le sentiment d'être seuls au monde.

Les explorateurs découvriront une géographie particulière. Les plus timides seront accueillis par notre comité d'accueil à 4 pattes avec sa bonne humeur.

Tarif : entre 50$ à 300$

Pour de plus amples informations :

1800, chemin Laurin
Rawdon (Québec) J0K 1S0
(450) 834-4441
kinadapt@bellnet.ca
www.kinadapt.com

Nearby activities
DOG SLEDDING

KINADAPT collaborates with sled dogs to get people moving. The challenge-hungry will be pampered by our technical trails and the feeling of being the center of the world.

Explorers will discover a particular geography. The most shy will be welcomed by our 4-legged welcoming committee with its exceptional good mood.

Fees : between 50$ and 300$

For more information :

1800, chemin Laurin
Rawdon (Québec) J0K 1S0
(450) 834-4441
kinadapt@bellnet.ca
www.kinadapt.com

Activités à proximité
ST-CÔME EN GLACE (FESTIVAL)

Le Festival St-Côme en glace, c'est avant tout une tradition de talents et de passions et l'œuvre de plus de 200 artisans. C'est le travail acharné de plusieurs bénévoles qui, année après année, viennent sculpter des blocs de glace pour réaliser de magnifiques chefs-d'œuvre!

Venez admirer près de 50 sculptures de glace le long de la rue Principale. Glissade de glace, anneau de glace, exposants, musique traditionnelle et spectacles Saint-Côme en glace, ce festival est un incontournable dans Lanaudière!

À chaque année, les organisateurs espèrent retrouver le public en grand nombre afin que tous puissent profiter pleinement de cette tradition annuelle.

Environ du 28 Janvier au 13 Février
Il faut valider les dates pour l'année en cours sur leur site web.

https://festivalstcomeenglace.com/

Tarif : gratuit

Nearby activities
ST-CÔME EN GLACE (FESTIVAL)

The Festival St-Côme en glace is above all a tradition of talents and passions and the work of more than 200 artisans. It is the hard work of several volunteers who, year after year, come to carve blocks of ice to make magnificent masterpieces!

Come and admire nearly 50 ice sculptures along St-Côme's Main Street. Ice slide, ice ring, exhibitors, traditional music and Saint-Côme en glace shows are a must in Lanaudière!

Each year, the organizers hope to find the public in large numbers so that everyone can fully enjoy this annual tradition.

Approximately from January 28th to February 13th
Validate the dates for the current year on their website.

https://festivalstcomeenglace.com

Price: free

C'est un grand plaisir pour nous de vous partager ce petit coin de paradis. La nature nous aide tous à nous ressourcer, à nous détendre et à nous rapprocher de notre essence humaine.

De la part de toute l'équipe de
BSD Résidences,

BON SÉJOUR!

It is a great pleasure for us to share with you this little piece of paradise. Nature helps us recharge ourselves, relax and get a little closer to our human essence.

From the entire BSD Residences' team,
ENJOY YOUR STAY!

BSD
RESIDENCES