

- 0 km** De l'église de Pointe-aux-Loups, prendre la route 199 à gauche.
- 3,2 km\*** Prendre à droite le petit sentier, puis tourner à gauche en suivant le bord de la lagune.
- 5,6 km** Quitter la plage et prendre le sentier VTT à gauche.
- 6,0 km** Traverser la route 199, marcher 200 mètres vers la droite.
- 6,2 km** En face de la série de chalets, emprunter le chemin parallèle à gauche (entre la dune et la route).
- 10,5 km** Reprendre la route 199 à gauche.
- 10,8 km** Emprunter le sentier de VTT à droite.
- 11,9 km** Reprendre la route 199 à droite.
- 15,7 km** Continuer tout droit devant la mine de sel.
- 16,9 km** Traverser le pont de Grosse-Île.
- 17,5 km** Tourner à droite sur le chemin Rock Mountain (qui devient le chemin Wide).
- 19,5 km\*\*** Tourner à droite sur la route 199.
- 20 km** Arrivée à l'église de Grosse-Île, fin de l'étape.

\*Variante à marée haute:

- 3,2 km** Poursuivre sur la route 199 jusqu'aux chalets à 6,2 km.
- \*\*Belle boucle facultative vers Grosse-Île Nord (3 km), que vous pouvez ajouter à l'étape actuelle ou à l'étape 8 qui n'a que 10 km.**
- 19,5 km** Tourner à gauche sur la route 199.
- 19,9 km** Prendre à droite le chemin Nord.
- 20,4 km** Tourner à droite sur le chemin Shore en direction du quai. De là, prendre à gauche par le sentier menant au cimetière, d'où il y a un très beau point de vue. Revenir sur vos pas et prendre la route 199 à gauche.
- 23,4 km** Arrivée à l'église de Grosse-Île, fin de l'étape.

- 0 km** *Departure from the church of Pointe-aux-Loups. Turn left on Route 199.*
- 3,2 km\*** *Turn right on the trail, then turn left following the edge of the lagoon.*
- 5,6 km** *Leave the beach and follow the ATV trail on the left.*
- 6,0 km** *Cross the 199 road, walk 200m and turn on right.*
- 6,2 km** *In front of the series of cottages, follow the path that runs parallel on the left (between the dune and the road).*
- 10,5km** *Head back on Route 199 on the left.*
- 10,8 km** *Follow the ATV trail on the right.*
- 11,9 km** *Head back on Route 199 on the right.*
- 15,7 km** *Keep going straight in front of the salt mine.*
- 16,9 km** *Cross the bridge of Grosse-Île.*
- 17,5 km** *Turn right on Chemin Rock Mountain (which turns into Chemin Wide).*
- 19,5 km\*\*** *Turn right on Route 199.*
- 20 km** *Arrival at the church of Grosse-Île. End of step 7.*

\*Variant at high tide:

- 3.2 km** *Continue on Route 199 to the cottages at 6.2 km.*
- \*\*Optional:** *A nice loop towards the North of Grosse-Île (3 km) that can be added to this step or the following one, which only lasts 10 km.*
- 19,5 km** *Turn left on Route 199.*
- 19,9 km** *Turn right on Chemin Nord.*
- 20,4 km** *Turn right on Chemin Shore towards the harbour. From there, head left on the path leading to the cemetery for a beautiful viewpoint. Go back the same way, and head left on Route 199.*
- 23,4 km** *Arrival at the church of Grosse-Île. End of step 7.*