

CORNWALL & THE SEAWAY VALLEY



WATERFRONT TRAIL



SITUATED ON THE SHORE OF THE PICTURESQUE ST. LAWRENCE RIVER

SITUÉE SUR LES BERGES PITTORESQUES DU SAINT-LAURENT



CORNWALL TO/À ONTARIO/QUEBEC BORDER

ARCHIE'S FAMILY GOLF CENTRE

An "oasis" in the heart of Cornwall's hotel/motel district, Archie's offers something for the entire family. Play 9 holes on the Par 3 golf course, hit a bucket of balls at Canada's first aquatic driving range or test your skill on the 18 hole mini-putt course. When you're done be sure to treat yourself to an ice cream at their dairy bar. **(613) 938-8255**

CENTRE FAMILIAL DE GOLF ARCHIE'S

Il existe une oasis à proximité de la région hôtelière au centre de la ville de Cornwall. Archie's Family Golf Centre offre quelque chose pour toute la famille. Vous pourrez faire un parcours de 9 trous, au par 3. L'unique champ de pratique aquatique vous permettra d'améliorer votre jeu ou vous pourrez mettre vos habiletés à l'épreuve avec un jeu de mini-putt de 18 trous. La partie finie, prenez des rafraîchissements dans notre crémère. **(613) 938-8255**

LAMOUREUX PARK

Located on the banks of the St. Lawrence River and at the foot of the Downtown area, Lamoureux Park is the home of the Lions Club Bandshell. The park and bandshell host many events throughout the year including artistic performances, festivals and events. **(613) 938-9400**

LE PARC LAMOUREUX

Le parc Lamoureux se trouve sur les rives du fleuve Saint-Laurent, au pied de la ville de Cornwall. Au milieu du parc se trouve l'amphithéâtre "Lions Club Bandshell". Le parc et l'amphithéâtre sont les hôtes de plusieurs performances artistiques durant l'été ainsi que de divers festivals et événements durant l'année. **(613) 938-9400**

ARTS IN THE PARK

Arts In The Park is a series of free, live theatrical and musical entertainment held outdoors at the Lions Club Bandshell in Lamoureux Park. This entertainment series is scheduled throughout the summer months at 7 pm. **www.cornwall.ca (613) 933-3586**

LES ARTS DANS LE PARC

Les arts dans le Par offre une série de pièces théâtrales et musicales qui ont lieu en plein air dans le par Lamoureux. Cette série de divertissement aura lieu tout au long des mois d'été à 7 pm. **www.cornwall.ca (613) 933-3586**

CORNWALL COMMUNITY MUSEUM IN THE WOOD HOUSE

Welcome home. Modern Ontario started right here in Cornwall and the Cornwall Community Museum located in a United Empire Loyalist House traces the history of our founding as well as Cornwall's domestic and industrial history with displays of items "made in Cornwall." You can trace your own history in our archives. Free admission, open Wed. to Sun. **www.cornwalltourism.com/herit04.htm (613) 936-0280**

MUSEE COMMUNAUTAIRE - WOOD HOUSE - CORNWALL

Bienvenue chez vous! L'Ontario moderne a eu ses débuts ici même à Cornwall. Le musée Cornwall Community Museum, situé dans la United Empire Loyalist House dépeint l'histoire de la fondation de Cornwall ainsi que celle de son histoire domestique et industrielle au moyen d'exposition d'articles « fabriqués à Cornwall ». Vous pouvez retracer vos propres antécédents dans nos archives. Entrée libre. Ouvert mercredi et dimanche. **www.cornwalltourism.com/herit04.htm (613) 936-0280**

CORNWALL CIVIC COMPLEX AND CONVENTION CENTRE

Situated on the scenic waterfront in the heart of Cornwall, this facility offers meeting rooms, banquet, convention and sport event facilities for groups of 20 to 5,000. Host of many major events such as trade shows, concerts, tournaments and national conventions. **www.cornwallciviccomplex.com (613) 938-9400**

COMPLEXE CIVIQUE ET CENTRE DE CONGRES DE CORNWALL

Située au secteur riverain du majestueux fleuve Saint-Laurent au cœur de Cornwall, ces installations offrent des salles de réunions, des salles de banquets et un aréna pour des groupes variant de 20 à 2,000 personnes. Ce site a déjà été l'hôte de plusieurs activités majeures telles que les salons des commerçants, des tournois et des congrès nationaux. **www.cornwallciviccomplex.com (613) 938-9400**

CORNWALL AQUATIC CENTRE

This beautiful new facility houses the Kinsmen Pool, a six lane 25 metre tank, along with a two-storey waterslide, toddler leisure pool with slide and spray features and a spacious whirlpool. The facility is fully wheelchair accessible with a water wheelchair available on site. The comfortable change rooms (female, male and family) have ample lockers, shower stalls and swimsuit dryers. The professional and knowledgeable staff are on site to help you with your program needs and to make sure your time spent at the Aquatic Centre is safe and enjoyable. **www.cornwall.ca (613) 933-3586**

CORNWALL AQUATIC CENTRE

Cette magnifique nouvelle installation abrite la piscine Kinsmen Pool, un bassin d'entraînement de 25 mètres avec six couloirs. Il y a de plus une glissoire de piscine de deux étages, une barbotteuse avec glissoir et gicleur pour les tout-petits et un bain tourbillon spacieux. Cette installation est entièrement accessible en fauteuil roulant avec fauteuil roulant aquatique sur place. Les vestiaires confortables pour femmes, hommes et familles offrent plusieurs casiers, cabines de douches et sécheuses à maillots de bain. Le personnel compétent et professionnel est sur place pour vous aider dans vos programmes aquatiques et pour assurer que le temps passé au Centre aquatique est sécuritaire et agréable. **www.cornwall.ca (613) 933-3586**

MARINA 200

Marina 200 is ideally located in proximity to Cornwall's central downtown shopping district and at the western end of Le Village shopping area. The marina has a capacity of 160 boats and a depth of 8 feet. Marina 200 continues to provide boaters with easy and attractive accommodations in the heart of downtown Cornwall. **(613) 932-8301 or (613) 938-9400**

MARINA 200

La Marina 200 est située à proximité de la zone commerciale et à l'ouest du centre commercial Le Village. Le bassin du marina a un tirant d'eau de 8 pieds et peut recevoir 160 bateaux. Elle continue d'offrir un service aux plaisanciers et hébergement facile et attrayant au centre-ville de Cornwall. **(613) 932-8301 ou (613) 938-9400**

CORNWALL SQUARE

While in Cornwall and the Seaway Valley visit Cornwall's largest shopping complex. Situated in beautiful downtown Cornwall, the Square is home to 70 stores & services including Sears, No Frills Grocery Store, Shoppers Drug Mart and a Food Court. **www.cornwallsquare.com (613) 938-2118**

CORNWALL SQUARE

Lors de votre séjour à Cornwall et dans la Vallée du Saint-Laurent, visitez le plus grand centre commercial de Cornwall. Situé au centre-ville, vous y trouverez 70 magasins et centres de service comprenant Sears, l'épicerie No Frills, et une aire de restauration. **www.cornwallsquare.com (613) 938-2118**

HISTORIC CORNWALL JAIL

Built in 1834, the jail operated until 2002 when the Ministry of Correctional Services closed the facility in favour of newer, larger facilities in major cities. The cell blocks, common areas, exercise yard & visitation area have been maintained as they were when populated by inmates sentenced to jail time. **www.cornwalljail.com (613) 938-4748 or 1-800-937-4748**

LA PRISON HISTORIQUE DE CORNWALL

Construite en 1834, la prison a servi jusqu'en 2002, alors que le ministère des Services correctionnels l'a fermée après avoir transféré les services d'incarcération dans de nouvelles et plus spacieuses installations dans des villes majeures. Les blocs cellulaires, les zones communes, la cour d'exercice et la zone de visite ont été conservés tels qu'au temps où les prisonniers y vivaient. **www.cornwalljail.com (613) 938-4748 ou 1-800-937-4748**

NAVCANADA

Located in Cornwall overlooking the magnificent St. Lawrence River, NAVCANADA is a state of the art complex with facilities for Conferences and educational training. Everything you need under one roof, meeting rooms of all sizes, indoor pool, cafeteria, pub and accommodations. **www.navcanada.ca (613) 936-5007**

NAVCANADA

Situé à Cornwall sur les rives du majestueux Saint-Laurent, Navcan est un complexe des plus modernes qui offre des salles pour vos réunions et vos conférences et d'éducation. Tout ce dont vous avez besoin sous un même toit, - salles de réunions de toutes les grandeurs, gymnase, salle d'exercices et de conditionnement physique, piscine intérieure, cafeteria, bar et hébergement. **www.navcanada.ca (613) 936-5007**

GRAY'S CREEK CONSERVATION AREA

Located minutes east of Cornwall, Gray's Creek Conservation area offers over 43 hectares of natural landscape. This diverse area is protected enhanced and restored by the Raisin Region Conservation Authority. Gray's Creek includes 5 km of meandering trails that are open year round. Explore the trails and keep an eye out for the wide variety of animals, songbirds, amphibians and waterfowl that inhabit this area. Interpretive signs are interspersed throughout the trails to educate users about their surroundings. Gray's Creek also has a picturesque family park with picnic area, shelter and BBQ. Running water and public washrooms are available. **www.rcca.on.ca (613) 938-3611**

AIRE DE CONSERVATION GRAY'S CREEK

Située à quelques minutes à l'est de Cornwall, cette aire de conservation offre plus de 43 hectares de paysages naturels. Ce secteur diversifié est protégé, amélioré et restauré par l'Autorité de conservation de la Raisin Region. Gray's Creek inclut 5 km de pistes sinueuses, ouvertes à longueur d'année. Explorez les sentiers et notez la grande variété de faune qui peuple ce secteur : animaux, oiseaux chanteurs, amphibiens et sauvagine. Nous retrouvons des panneaux d'interprétation espacés au long des sentiers, afin d'éduquer les utilisateurs au sujet de ce qui les entoure. Gray's Creek comporte également un parc pittoresque pour familles, avec aire de pique-nique, abri et barbecue. Le parc dispose également d'eau courante et de toilettes publiques. **www.rcca.on.ca (613) 938-3611**

GRAYS' CREEK MARINA

Located strategically at the mouth of Gray's Creek, the Marina comfortably provides 110 open slips, which can be rented during the boating season. Supporting facilities include a large parking area, launching ramp and service building that sells gas, oil and other marine sundries. **www.rcca.on.ca (613) 938-3398**

MARINA GRAY'S CREEK

Située à l'embouchure du ruisseau Gray, la marina offre aisément 110 cales d'accostage aux plaisanciers. Ces espaces sont à louer durant la saison de plaisance. Les installations incluent un vaste espace de stationnement, une rampe de lancement et une capitainerie pour la vente d'essence, d'huile et autres produits pour la navigation. **www.rcca.on.ca (613) 938-3398**

MARLIN ORCHARDS & GARDEN CENTRE

Located on the St. Lawrence River, Marlin's is more than an orchard. Apples are plentiful and the variety available is extensive, but there is so much more. A complete garden centre, landscaping services, and their horticultural expertise is enough to excite any enthusiast. The gift shop features many unique gift ideas. **613-931-1213**

MARLIN ORCHARDS & GARDEN CENTRE

Situé sur les bords du magnifique fleuve Saint-Laurent, Marlin's est plus qu'un verger. Évidemment il y a des pommes en quantité et les variétés offertes sont importantes, mais il y a tellement plus. Un centre complet du jardinier, des services de paysagement et leur expertise horticole est de qualité à exciter tous les adeptes. La boutique de cadeaux offre plusieurs choix. **613-931-1213**

ROGER'S MARINA

Located on Lake St. Francis, Roger's Marina provides seasonal and transient docking facilities, as well as fuel and repairs. Fishing tackle, live bait and boat and motor rentals are also available. **(613) 931-1443**

MARINA ROGER'S

Situé sur le lac Saint-François, la Marina Roger's loue des places à quai pour les saisonniers et les visiteurs, et dispose de carburant et d'un service de réparation. Articles de pêche, appâts et location de moteurs et de bateaux comptent parmi les services offerts. **(613) 931-1443**

CHARLOTTENBURGH PARK BEACH & CAMPGROUND

Located on the banks of the St. Lawrence River near Lancaster, providing a great day use area for residents and visitors. Facilities to be enjoyed include campsites, a beautiful beach, picnic area, play structures, volleyball & horseshoe pits, viewing tower and various walking trails. **www.rcca.on.ca (613) 938-3611**

CHARLOTTENBURGH PARK BEACH ET CAMPING

Cet été, le parc de Charlottenburgh, situé sur les rives du Saint-Laurent près de Lancaster, fournira un superbe site de jour pour les résidents et visiteurs. Les installations incluent camping, une magnifique plage, une aire de pique-nique, des structures de jeux, des aires pour volley-ball et jeu de fers à cheval, une tour d'observation et un choix de sentiers de promenade. **www.rcca.on.ca (613) 938-3611**

COOPER MARSH CONSERVATION AREA & VISITOR CENTRE

Located just 18 km east of Cornwall, this cherished wetland is part of the larger Charlottenburgh Marsh - one of the most significant wetlands in all of Ontario. The Raisin Region Conservation Authority protects, enhances and restores this natural area. Follow the wetland boardwalks to enjoy the more than 100 species of birds that call Cooper Marsh their home. Another 100 or so species can occasionally be sighted as they migrate through the area including the magnificent Osprey, the Great White Egret and the Black-Crowned Night Heron. Cooper Marsh includes 8 km of trails that are open year round. Interpretive signs enhance the excursion and a picnic area complete with shelter and BBQ are provided for your convenience. **www.rcca.on.ca (613) 347-1332**

AIRE DE CONSERVATION ET CENTRE D'ACCUEIL DU MARAIS COOPER

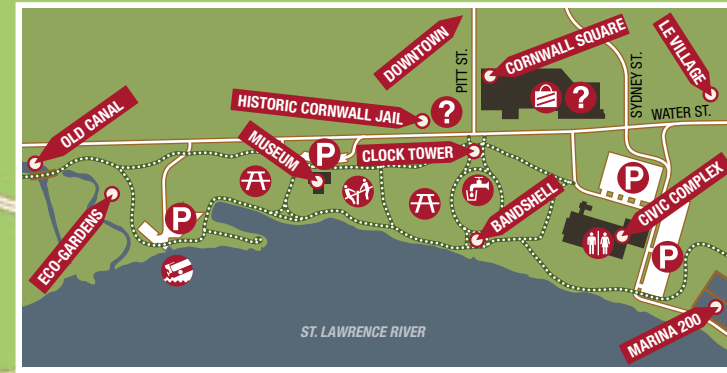
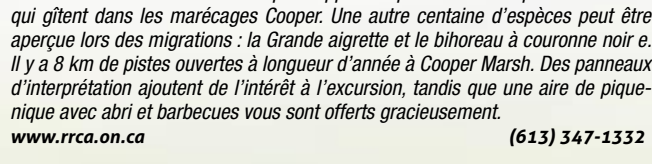
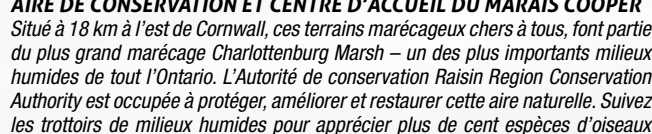
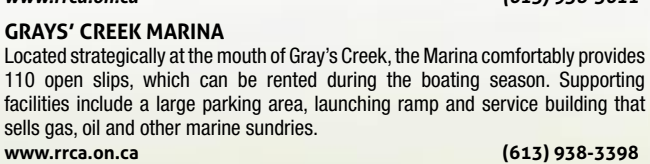
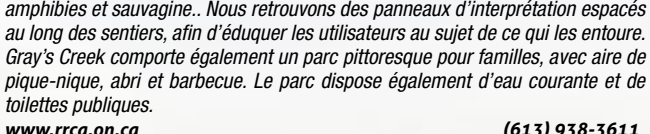
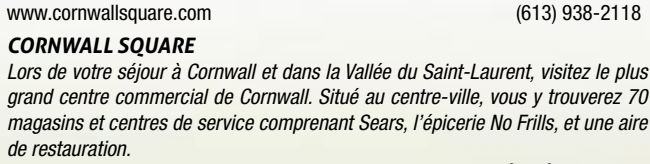
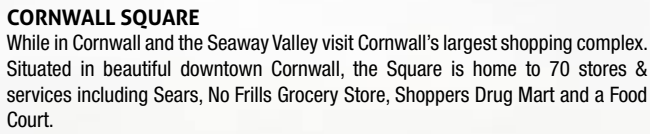
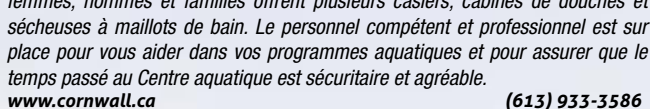
Situé à 18 km à l'est de Cornwall, ces terrains marécageux chers à tous, font partie du plus grand marécage Charlottenburgh Marsh - un des plus importants milieux humides de tout l'Ontario. L'Autorité de conservation Raisin Region Conservation Authority est occupée à protéger, améliorer et restaurer cette aire naturelle. Suivez les trottoirs de milieux humides pour apprécier plus de cent espèces d'oiseaux qui gîtent dans les marécages Cooper. Une autre centaine d'espèces peut être aperçue lors des migrations : la Grande aigrette et le bihoreau à couronne noir e. Il y a 8 km de pistes ouvertes à longueur d'année à Cooper Marsh. Des panneaux d'interprétation ajoutent de l'intérêt à l'excursion, tandis que une aire de pique-nique avec abri et barbecues vous sont offerts gracieusement. **www.rcca.on.ca (613) 347-1332**

LANCASTER SHOPPING DISTRICT

The perfect rest stop for a shopping enthusiast. Auld Kirktown Craft & Gift Shoppe, Jewelry Factory Outlet, Best Impressions, Bob-T Tack Shop, all located within minutes of each other. Just need a rest break and some refreshment? The Dairy Queen or G.P. Deli & Bakery will provide everything you need - and more!

LANCASTER ET LE COMMERCE

L'endroit idéal pour les amateurs du magasinage. Auld Kirktown Craft & Gift Shoppe, Jewelry Factory Outlet, Best Impressions, Bob-T Tack Shop, tous situés dans un rayon de quelques minutes. Vous voulez faire une pause ou rafraîchissement? Le Dairy Queen ou G.P. Deli & Bakery vous offre tout ce dont vous aurez de besoin - et plus!



LEGEND/LÉGENDE

- PAVED MULTI-USE PATH / PISTE PAVÉE (TOUT USAGE): Cycling, Inline Skating, Walking / Cyclisme, patins à roulettes, à marche
- HARD PACKED STONE / PISTE EMPAQUETÉE: Cycling / Cyclisme, à marche
- DESIGNATED PAVED SHOULDER / ACCOTEMENT PAVÉ DÉSIGNÉ: Cycling / Cyclisme
- FOUR LANE DIVIDED HIGHWAY / AUTOROUTE À QUATRE VOIES
- MAJOR ROAD / ROUTE PRINCIPALE
- SECONDARY ROAD / ROUTE SECONDAIRE
- DESTINATION MARKER / BALISES DE DESTINATION
- ATTRACTION / ATTRACTION
- INTERCHANGE AND NUMBER / ÉCHANGE ET NUMÉRO
- NATURE TRAIL / SENTIER DE NATURE
- FUTURE EXPANSION / ALLONGEMENT FUTUR
- CAMPING / CAMPING
- SWIMMING / NATATION
- PLAYGROUND / TERRAIN DE JEUX
- WATER / EAU POTABLE
- PICNIC AREA / TERRAIN DE PIQUE-NIQUE
- PARKING / STATIONNEMENT
- INFORMATION / RENSEIGNEMENTS
- REFRESHMENTS / RAFFRAÎCHISSEMENTS
- SHOPPING / ACHATS
- WASHROOMS / TOILETTES
- BOAT LAUNCH / MISE À L'EAU DES EMBARCATIONS

DISTANCE CALCULATOR/CALCULATEUR DE DISTANCE

Match your starting point up with your preferred destination to calculate the one-way trip distance.

Faire correspondre votre point de départ avec votre destination pour calculer la distance de votre excursion (sens unique).

STARTING POINT	MORRISBURG	UPPER CANADA VILLAGE HISTORICAL SITE	UPPER CANADA MIGRATORY BIRD SANCTUARY	INGLESIDE (WEST GATE)	LONG SAULT (EAST GATE)	ONTARIO POWER GENERATION	LAMOUREUX PARK	GRAY'S CREEK	LANCASTER	ONTARIO/QUEBEC BORDER
MORRISBURG	0 km	10 km	15 km	21 km	31 km	42 km	47 km	54 km	75 km	90 km
UPPER CANADA VILLAGE HISTORICAL SITE	10 km	0 km	5 km	11 km	21 km	32 km	37 km	44 km	65 km	80 km
UPPER CANADA MIGRATORY BIRD SANCTUARY	15 km	5 km	0 km	6 km	16 km	27 km	32 km	39 km	60 km	75 km
INGLESIDE (WEST GATE)	21 km	11 km	6 km	0 km	10 km	21 km	26 km	33 km	54 km	69 km
LONG SAULT (EAST GATE)	31 km	21 km	16 km	10 km	0 km	11 km	16 km	23 km	44 km	59 km
ONTARIO POWER GENERATION	42 km	32 km	27 km	21 km	11 km	0 km	5 km	12 km	33 km	48 km
LAMOUREUX PARK	47 km	37 km	32 km	26 km	16 km	5 km	0 km	7 km	28 km	43 km
GRAY'S CREEK	54 km	44 km	39 km	33 km	23 km	12 km	7 km	0 km	21 km	36 km
LANCASTER	75 km	65 km	60 km	54 km	44 km	33 km	28 km	21 km	0 km	15 km
ONTARIO/QUEBEC BORDER	90 km	80 km	75 km	69 km	59 km	48 km	43 km	36 km	15 km	0 km

OPTIMIST PARK TO POWER DAM DR. - 5 km

SCALE/ÉCHELLE

0 1 2 3 4 5 KILOMETRES
 0 1 2 3 4 5 MILES

IROQUOIS TO CORNWALL
 SEE OTHER SIDE / VOIR AU VERSO

CORNWALL TO ONTARIO/QUEBEC BORDER

IROQUOIS TO/À CORNWALL

CARMAN HOUSE MUSEUM
Open late June to Labour Day, this museum was built around 1820 and is one of only three houses that were not moved during the flooding for the construction of the St. Lawrence Seaway.

MUSEE CARMAN HOUSE
Ouvert de la fin juin à la Fête du travail, ce musée a été construit vers 1820 et est l'une de trois seules maisons qui n'ont pas été démantelées durant l'inondation nécessaire à la construction de la Vallée du Saint-Laurent.

UPPER CANADA PLAYHOUSE
Upper Canada Playhouse, located in an air conditioned and wheelchair accessible converted toothbrush factory, provides professional live theatre to the Cornwall Seaway Valley area with a summer 4 show season of comedies from June through October, and a family show in November and December. Special group rates with famous country suppers and arranged lunch/dinner theatre packages for local and touring theatre goers.

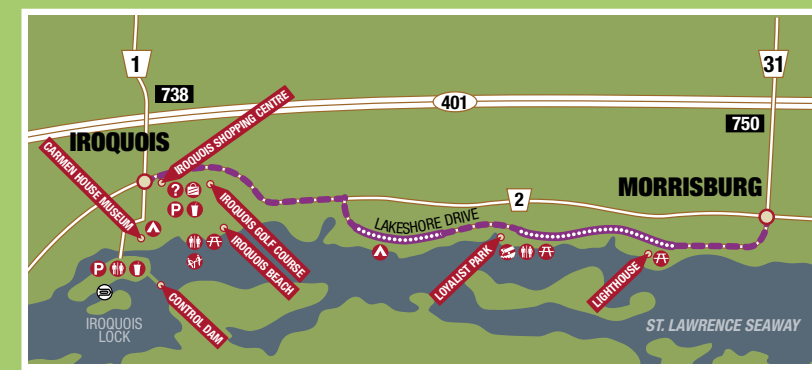
THEATRE UPPER CANADA
Autrefois une manufacture de brosse à dents, aujourd'hui un théâtre intime qui présente à chaque année des pièces de théâtres pour ceux qui aiment la comédie ou le drame. En vedette aussi, des spectacles de musique ou de chant les lundis durant l'été. La saison débute en juin et continue jusqu'à la fin de septembre. Reconnu pour leurs savoureux repas de campagne et leurs forfaits dîner/souper qui sont aussi disponibles.

MORRISBURG SHOPPING CENTRE
The perfect place for a stopover on your cycle excursion. The Morrisburg Shopping Centre has it all. You name it - restaurants, specialty stores, a bank, a pharmacy, gift shops - everything you could possibly need.

CENTRE D'ACHATS DE MORRISBURG
L'endroit idéal pour une pause alors de votre excursion en bicyclette sur le sentier récréatif. Le centre commercial Morrisburg a tout pour plaire - restaurants, boutiques spécialisées, une banque, une pharmacie, boutiques de cadeaux - tout ce que vous pouvez désirer.

PREHISTORIC WORLD
The Seaway Valley's own Jurassic Park! Stroll along nature trails and discover full-size reproductions of relics from the past. From small primitive amphibians to giant dinosaurs like the Triceratops and the Tyrannosaurus Rex, you will find over 50 life-size reproductions of prehistoric animals displayed in a natural setting.

LE MONDE PREHISTORIQUE
Le Parc Jurassique de la Vallée du Saint-Laurent! Parcourez les sentiers et découvrez des reproductions grandeur nature de vestiges du passé. Allant des petits amphibiens de la préhistoire aux dinosaures comme les triceratops vous trouverez plus de 50 reproductions grandeur nature d'animaux préhistoriques répartis dans un décor naturel. Ouvert tous les jours du 24 mai à la Fête du travail et les fins de semaine seulement, à compter de la Fête du travail jusqu'à l'Action de grâce.



UPPER CANADA VILLAGE
Open from mid-May to mid-October, this reconstructed pioneer village (circa 1860) provides a full day of activities. Over 40 buildings in the Village breathe of the life in Upper Canada. Smell the bread baking, watch the blacksmith at work, hear the sound of horses clapping or take a ride on the tow scow boat. Visit the Village Store which offers handicrafts made by village craftspeople.

UPPER CANADA MIGRATORY BIRD SANCTUARY
The Sanctuary is a bird watcher's paradise. Throughout the season it is a haven for countless species, including incredibly large concentrations of Canada Geese. Trails through the area afford a closer look at details of the region and the waterfowl. Bird banding, feeding and educational programs take place during the fall. The Sanctuary is also home to a spacious campground and five group camping areas.

SANCTUAIRE DES OISEAUX MIGRATEURS UPPER CANADA
Le sanctuaire est un véritable paradis pour ceux et celles qui aiment observer les oiseaux. Tout au long de la saison, vous pourrez admirer de nombreuses espèces, incluant de grandes concentrations de bernaches du Canada. Les sentiers vous permettent de découvrir les particularités naturelles de la région et les oiseaux aquatiques. Le camping de groupe est permis durant l'été et l'automne. Les visiteurs peuvent aussi observer le baguage et l'alimentation des oiseaux et assister aux programmes sur la nature.

CRYSLER PARK MARINA
Crysler Park Marina is located in a deep bay on the northern shore of the St. Lawrence River. It has 180 slips and can accommodate boats up to 50+ feet; cruise boats up to 170 feet are also welcome. Services and amenities include a marine store, showers, pumpout, Laundromat, fuel, a picnic area with BBQ's, swimming pool, recreational area, and a shuttle bus to area attractions.

UPPER CANADA VILLAGE
Open from mid-May to mid-October, this reconstructed pioneer village (circa 1860) provides a full day of activities. Over 40 buildings in the Village breathe of the life in Upper Canada. Smell the bread baking, watch the blacksmith at work, hear the sound of horses clapping or take a ride on the tow scow boat. Visit the Village Store which offers handicrafts made by village craftspeople.



UPPER CANADA VILLAGE
Ouvert de la mi-mai à la mi-octobre, ce village reconstitue la vie au XIXe siècle avec une gamme complète d'activités. Plus de 40 édifices évoquent la vie au Haut-Canada dans les années 1860. Suivez l'arôme du pain frais, observez le forgeron à l'oeuvre, regardez les chevaux de trait, ou faites un tour de chaland. Visitez le magasin du village où vous trouverez des pièces d'artisanat fabriquées par les artisans du village.

UPPER CANADA GOLF COURSE
Designed by the renowned course designer C.E. (Robbie) Robinson, this 6,922 yard course offers a degree of challenge that can be enjoyed by both experienced and novice golfers alike. Upper Canada Golf Course also offers 2 driving ranges, a pro shop, restaurant and lounge. Tee off times may be booked up to 14 days in advance, by phone or on the website.

TERRAIN DE GOLF UPPER CANADA
Conçu par C.E (Robbie) Robinson, ce terrain de 6 922 verges offre une bonne dose de défis tant pour les golfeurs expérimentés que pour les novices. Le parcours comprend également deux champs d'entraînement pratique, une boutique du pro, un restaurant et un bar. Vous pouvez réserver les heures de départ jusqu'à 14 jours à l'avance, en téléphonant ou par l'Internet.

UPPER CANADA MIGRATORY BIRD SANCTUARY
The Sanctuary is a bird watcher's paradise. Throughout the season it is a haven for countless species, including incredibly large concentrations of Canada Geese. Trails through the area afford a closer look at details of the region and the waterfowl. Bird banding, feeding and educational programs take place during the fall. The Sanctuary is also home to a spacious campground and five group camping areas.

SANCTUAIRE DES OISEAUX MIGRATEURS UPPER CANADA
Le sanctuaire est un véritable paradis pour ceux et celles qui aiment observer les oiseaux. Tout au long de la saison, vous pourrez admirer de nombreuses espèces, incluant de grandes concentrations de bernaches du Canada. Les sentiers vous permettent de découvrir les particularités naturelles de la région et les oiseaux aquatiques. Le camping de groupe est permis durant l'été et l'automne. Les visiteurs peuvent aussi observer le baguage et l'alimentation des oiseaux et assister aux programmes sur la nature.

LONG SAULT PARKWAY
The Parkway is unique in its creation. It is a series of 11 islands that were created from high points of land left after the flooding of the St. Lawrence River during the construction of the Seaway in the 1950's. In fact, several villages once stood where the river now lies. Today, the Parkway's islands provide a riverside playground for beach lovers, anglers and cyclists. The Parkway is also home to three spacious riverside campgrounds, Mille Roches, McLaren and Woodlands as well as the Mille Roches and the Woodlands Day Use Areas.

PROMENADE DU LONG SAULT
Le promenade du Long Sault est une création unique. Les travaux d'aménagement de la Voie maritime du Saint-Laurent pendant les années 1950 ont entraîné l'inondation de la rive et créé 11 îles. En effet, à l'endroit où coule le fleuve aujourd'hui, il y avait jadis plusieurs petits villages. Les 11 îles sont maintenant reliées par une chaussée pour former une immense aire récréative au bord de l'eau appelée promenade du Long Sault. Les enthousiastes de la plage, de la pêche et du vélo y sont bien servis. L'endroit compte aussi trois grands terrains de camping (Mille Roches, McLaren et Woodlands) ainsi que les terrains d'utilisation de jour Mille Roches et Woodlands.

LOST VILLAGES OUTDOOR DISPLAY
The fascinating story of the construction of the St. Lawrence Seaway in the 1950's is captured through photos, editorials and maps. Several villages once stood where the river now lies - just a few yards from where this outdoor display stands.

EXPOSITION EN PLEIN AIR DES VILLAGES PERDUS
Cette histoire fascinante de la construction de la voie maritime du Saint-Laurent en 1950 est racontée en photos, éditoriaux et avec des cartes. Il y a une cinquantaine d'années on pouvait voir des villages où coule aujourd'hui la rivière à seulement quelques mètres de cette exposition en plein air.

LOST VILLAGES MUSEUM COMPLEX
Memorabilia and photos of the six villages lost in 1958 during the flooding of the St. Lawrence Seaway make this museum unique. New towns were settled, while parts of others were moved to dry ground, establishing new communities. Morrisburg's business area was relocated, Iroquois was re-established, while other villages slipped beneath the waters. The story is told through photos and a video presentation.

LE MUSEE DES VILLAGES PERDUS
Ce musée exceptionnel expose les souvenirs et les photographies des six villages détruits en 1958 durant l'inondation de la Vallée du Saint-Laurent. On a construit de nouvelles villes et démantelé certaines parties sur des terrains plus élevés ce qui a créé de nouvelles communautés. On a transféré le centre d'affaires de Morrisburg, reconstruit la ville d'Iroquois tandis que d'autres villages ont été ensevelis sous l'eau. On découvre l'histoire de cette région grâce à des photographies et une présentation vidéo.

GUINDON PARK
Located on the Western edge of the City of Cornwall, Guindon Park features picnic areas, washrooms, childrens playground, horse shoe pits and plenty of both sunny and shaded areas. The perfect spot for a family picnic or a quick rest stop.

LE PARC GUINDON
Situé seulement à quelques minutes à l'ouest de la ville de Cornwall, le parc Guindon offre des endroits pour pique-niquer, des salles de toilettes, un terrain de jeu pour les enfants et même un jeu à cheval. Pour les amateurs du soleil ou si vous préférez vous étendre à l'ombre, le parc Guindon est l'endroit idéal pour un pique-nique ou pour une pause en route.



ST. LAWRENCE POWER DEVELOPMENT VISITOR CENTRE
The new St. Lawrence Power Development Visitor Centre is situated by the river just east of the Robert H. Saunders Generating Station at the west end of Cornwall. It is the new home of OPG's many stories and the history of the St. Lawrence Seaway and Power Project, and also offers a location for community events. The Centre will be open for visitors in the summer of 2010.

CENTRE D'ACCUEIL SUR L'AMÉNAGEMENT HYDROÉLECTRIQUE DU SAINT-LAURENT
Le Centre d'Accueil sur l'Aménagement hydroélectrique du Saint-Laurent se situe au bord du fleuve à l'est de la centrale génératrice Robert H Saunders en banlieue ouest de Cornwall. Le centre accueillera les visiteurs intéressés à en savoir plus sur l'histoire et les événements qui ont entourés la construction de la Voie maritime du Saint-Laurent et de la centrale hydroélectrique, et offrira un site d'événements communautaires. Le centre ouvrira ses portes à l'été de 2010.

ST. ANDREWS WEST
Just north of Cornwall is the historic hamlet of St. Andrews West. Here Simon Fraser the famous explorer settled upon his retirement from the North West Co. The first premier of Ontario, Sir John Sandfield MacDonald, was married here. Both he and Fraser are buried in the pioneer graveyard in the village. The village and area contain many more historical sites-a "must see" for history buffs.

ST. ANDREWS WEST
Au nord de Cornwall, se trouve le hameau historique de St. Andrews West. Le grand explorateur Simon Fraser s'est établi ici, après s'être retiré de la compagnie North West Co. Le tout premier ministre de l'Ontario, Sir John Sandfield MacDonald s'est marié ici. Lui et Fraser ont été enterrés dans le cimetière des pionniers du village. Le village et les environs offrent également plusieurs autres sites historiques. Pour les amateurs d'histoire, c'est un endroit à ne pas manquer.

FISHING IN THE SEAWAY VALLEY
Looking for the big one that got away? The St. Lawrence River and Lake St. Francis offer excellent fishing for perch, walleye, and small and large mouth bass. There are excellent vantage points all along the recreational path from Lancaster all the way to Morrisburg.

LA PECHE DANS LA VALLEE DU SAINT-LAURENT
Vous cherchez de grosses prises? Le fleuve Saint-Laurent et le lac Saint-François offrent d'excellentes conditions de pêche où vous pourrez prendre des perches, des dorés et des achigans à petite et à grande bouche. Tentez votre chance sur un bateau ou sur la rive, ou encore, faites appel aux services d'un guide de chasse et pêche professionnel.

INLIE SKATING SAFETY TIPS
Wear helmets and safety equipment at all times. Obey all traffic regulations. When on skates, you should consider yourself to be subject to the same obligations as a bicyclist or a driver of an automobile.

MESURES DE SÉCURITÉ POUR LE PATIN À ROUES ALIGNÉES
Portez un casque et tout autre équipement de sûreté en tout temps. Obéissez tous les règlements de la circulation. Les patineurs doivent suivre les mêmes règlements que les cyclistes et automobilistes. Patinez à la droite, déplacez à la gauche - cédez toujours aux piétons.

WALKING SAFETY TIPS
Walk with traffic allowing room for passing on left. Don't stop to talk in the middle of the path. Be prepared for passing cyclists and inline skaters.

MESURES DE SÉCURITÉ POUR LA COURSE À PIEDS:
Marchez à la droite seulement - cédez la gauche à ceux qui veulent dé passer. Aucun arrêt en chemin, sauf aux endroits de repos. Soyez toujours vigilant pour les cyclistes et les patineurs.

CYCLING SAFETY TIPS
Don't impair your hearing by wearing headphones. During peak traffic ride in single file. Don't stop to talk in the middle of the path. Parents should control young children and teach them proper safety.

MESURES DE SÉCURITÉ POUR BICYCLETES OU VÉLOS:
N'abîmez pas votre sens auditif en portant des écouteurs. Ce n'est pas une piste de course - veuillez conduire avec prudence. Ne laissez pas les enfants sans surveillance. Veuillez les enseigner les mesures de sécurité avant de les amener à une piste publique.

HELMET TIPS
Wear the helmet flat atop your head. Do not wear the helmet tilted back at an angle. Always wear the helmet with the chin strap firmly buckled. No combination of twisting or pulling should remove the helmet from the head or loosen the buckle on the strap. Do not use a helmet after it has been involved in an accident. Even very small cracks in the helmet may greatly reduce a helmet's effectiveness in preventing injury.



MESURES DE SÉCURITÉ POUR CASQUES
Portez votre casque sur le haut de la tête et non à l'arrière. Assurez-vous que la mentonnière de votre casque est attachée fermement. Il ne devrait y avoir aucune possibilité de tirer ou tordre la mentonnière de façon à ce que le casque soit enlevé de la tête. Ne portez jamais un casque qui a été endommagé par un accident. Même de minuscules fêlures peuvent diminuer l'efficacité de votre casque.

LEGEND/LÉGENDE

- PAVED MULTI-USE PATH: Cycling, Inline Skating, Walking
- PISTE PAVÉE (TOUT USAGE): Cyclisme, patins à roulettes, à marche
- HARD PACKED STONE: Cycling (Touring or Mountain Bike), Walking
- PISTE EMPAQUETÉE: Cyclisme, à marche
- DESIGNATED PAVED SHOULDER: Cycling
- ACCOTEMENT PAVÉ DÉSIGNÉ: Cyclisme
- FOUR LANE DIVIDED HIGHWAY: AUTOROUTE À QUATRE VOIES
- MAJOR ROAD: ROUTE PRINCIPALE
- SECONDARY ROAD: ROUTE SECONDAIRE
- DESTINATION MARKER: BALISES DE DESTINATION
- ATTRACTION: ATTRACTION
- INTERCHANGE AND NUMBER: ÉCHANGE ET NUMÉRO
- NATURE TRAIL: SENTIER DE NATURE
- FUTURE EXPANSION: ALLONGEMENT FUTUR
- CAMPING: CAMPING
- SWIMMING: NATATION
- PLAYGROUND: TERRAIN DE JEUX
- WATER: EAU POTABLE
- PICNIC AREA: TERRAIN DE PIQUE-NIQUE
- PARKING: STATIONNEMENT
- INFORMATION: RENSEIGNEMENTS
- REFRESHMENTS: RAFFRAICHISSEMENTS
- SHOPPING: ACHATS
- WASHROOMS: TOILETTES
- BOAT LAUNCH: MISE À L'EAU DES EMBARCATIONS

DISTANCE CALCULATOR/CALCULATEUR DE DISTANCE

Match your starting point up with your preferred destination to calculate the one-way trip distance.

Faire correspondre votre point de départ avec votre destination pour calculer la distance de votre excursion (sens unique).

STARTING POINT	MORRISBURG	UPPER CANADA VILLAGE	INGLESIDE (WEST GATE)	LONG SAULT (EAST GATE)	ONTARIO POWER GENERATION	LAMOUREUX PARK	GRAY'S CREEK	LANCASTER	ONTARIO/QUEBEC BORDER
MORRISBURG	0 km	10 km	15 km	21 km	31 km	42 km	47 km	54 km	75 km
UPPER CANADA VILLAGE HISTORICAL SITE	10 km	0 km	5 km	11 km	21 km	32 km	37 km	44 km	65 km
UPPER CANADA MIGRATORY BIRD SANCTUARY	15 km	5 km	0 km	6 km	16 km	27 km	32 km	39 km	60 km
INGLESIDE (WEST GATE)	21 km	11 km	6 km	0 km	10 km	21 km	26 km	33 km	54 km
LONG SAULT (EAST GATE)	31 km	21 km	16 km	10 km	0 km	11 km	16 km	23 km	44 km
ONTARIO POWER GENERATION	42 km	32 km	27 km	21 km	11 km	0 km	5 km	12 km	33 km
LAMOUREUX PARK	47 km	37 km	32 km	26 km	16 km	5 km	0 km	7 km	28 km
GRAY'S CREEK	54 km	44 km	39 km	33 km	23 km	12 km	7 km	0 km	21 km
LANCASTER	75 km	65 km	60 km	54 km	44 km	33 km	28 km	21 km	0 km
ONTARIO/QUEBEC BORDER	90 km	80 km	75 km	69 km	59 km	48 km	43 km	36 km	15 km

OPTIMIST PARK TO POWER DAM DR. - 5 km

SCALE/ÉCHELLE

0 1 2 3 4 5 KILOMETRES
0 1 2 3 4 5 MILES

IROQUOIS TO CORNWALL and **CORNWALL TO ONTARIO/QUEBEC BORDER**

SEE OTHER SIDE / VOIR AU VERSO

LANCASTER

IRROQUOIS

CORNWALL

