

# Index

Les numéros de page en **gras** renvoient aux cartes.

## A

- Abbe Museum  
(Acadia National Park) 251
- Abol Trail (Mount Katahdin) 246
- Abri 58
- Acadia Mountain Trail (Acadia National Park) 258
- Acadia National Park (Maine) 248, **249**
- Adirondack Museum (Adirondacks) 91
- Adirondacks **89**
- Adirondacks (New York) 87
- Adirondack Loj, région de l'  
(New York) 95, **97**
- Aerial Tramway (région de Franconia Notch) 184
- Airline Trail (Mount Adams) 215
- Algonquin Peak (Algonquin Peak) 98
- Algonquin Peak (région de l'Adirondak Loj) 98
- Alimentation 35
- Alpine Garden Trail  
(Mount Washington) 220
- Ammonoosuc Ravine Trail (Mount Washington) 222
- Ampersand Mountain (région de Whiteface et nord) 125
- Ampoules 41
- Appalachian Gap (région du Camel's Hump) 165
- Appalachian Trail (Maine) 228
- Appalachian Trail (New Hampshire) 179, **181**
- Applications mobiles 76
- Arethusa Falls (région de Crawford Notch) 204
- Artists Bluff (région de Franconia Notch) 186
- Auberges 60
- Ausable Chasm (Adirondacks) 91
- Avalanche Pass Trail (Algonquin Peak) 98

## B

- Baldface Circle (région d'Evans Notch) 232
- Bald Mountain (région de Franconia Notch) 186
- Bald Mountain (région du lac Willoughby) 156
- Bald Peak (région de Saint Huberts) 121
- Bar Harbor Shore Path (Acadia National Park) 253
- Bar Island (Acadia National Park) 253
- Basin – Cascades Trail (région de Franconia Notch) 189
- Basin (région de Franconia Notch) 186
- Bâton de marche 75
- Baxter Mountain (région de Keene) 106
- Baxter Peak (Helon Taylor Trail) (Mount Katahdin) 243
- Baxter State Park (Maine) 238, **239**
- Beachcroft Trail (Mount Champlain) 253
- Beech Mountain Trail (Acadia National Park) 259
- Belvidere Mountain (mont Mansfield et le nord du Vermont) 151
- Ben & Jerry's Ice Cream Factory (mont Mansfield et le nord du Vermont) 138
- Besoins qualitatifs 36
- Besoins quantitatifs 35
- Bigelow Mountain (région du mont Sugarloaf) 237
- Big Slide Mountain (région de Keene Valley) 108
- Bivouac 58
- Blessures 40
- Blueberry Mountain (région de Keene Valley) 107
- Blueberry Mountain (région d'Evans Notch) 230
- Boott Spur Trail (Mount Washington) 221
- Bottes de randonnée 69

- Boucle de l'Est (Camel's Hump) 160  
 Boucle de l'Ouest (Camel's Hump) 162  
 Boulder Loop Trail (Kancamagus Highway) 197  
 Boussole 48, 74  
 Bubble – Pemetic Trail (Pemetic Mountain) 257
- C**
- Cadillac Mountain (Acadia National Park) 255  
 Camel's Hump (région du Camel's Hump) 160  
 Camel's Hump, région du (Vermont) 158, **159**  
 Camel's Hump State Park (région du Camel's Hump) 158  
 Camel's Hump View Trail (Camel's Hump) 160  
 Camping 59  
 Canif 75  
 Cannon Mountain (région de Franconia Notch) 187  
 Caps Ridge Trail (Mount Jefferson) 217  
 Caribou 24  
 Cartes 66  
 Carte topographique 49  
 Cascade Mountain (région de Keene) 104  
 Castle Trail (Mount Jefferson) 216  
 Castor 20  
 Catamount Mountain (région de Whiteface et le nord) 127  
 Cathedral Trail (Mount Katahdin) 245  
 Chasse, périodes de 21  
 Chaussures 68  
 Chemins optionnels 53  
 Chevreuil 20  
 Chien 19  
 Chimney Pond Trail (Mount Katahdin) 244  
 Chin, The (Hell Brook Trail) (Mount Mansfield) 142  
 Chin, The (Laura Cowles Trail) (Mount Mansfield) 143  
 Chin, The (Long Trail) (Mount Mansfield) 142  
 Chin, The (Sunset Ridge Trail) (Mount Mansfield) 143  
 Climat 55  
 Clubs de marche et de randonnée 16  
 Cold Hollow Cider Mill (mont Mansfield et le nord du Vermont) 138  
 Conway Scenic Railroad (région du mont Washington) 209  
 Copperas Pond (région de Whiteface et le nord) 126  
 Courte randonnée 37  
 Crawford Notch (région de Franconia Notch) 191  
 Crawford Notch, région de (New Hampshire) 199, **201**  
 Crow Mountains (région de Keene) 105  
 Crystal Cascade (région du mont Washington) 217
- D**
- Déclinaison magnétique 49  
 Deer Hill (région d'Evans Notch) 232  
 Deer Leap Mountain (région de Rutland - Killington Peak) 172  
 Distance et temps de marche 52  
 Dix Mountain (région de Saint Huberts) 121  
 Dorr Mountain Trail (Acadia National Park) 253  
 Doubletop Mountain (Baxter State Park) 248  
 Dudley Trail (Mount Katahdin) 245

**E**

- East Royce Mountain (région d'Evans Notch) 230
- Eau 36
- Échauffement 34
- Échelle 50
- Elephant Head (région de Crawford Notch) 202
- Elephant's Head Cliff (Long Trail) (Mount Mansfield) 148
- Elmore Mountain (mont Mansfield et le nord du Vermont) 150
- Enfants 64
- Engelures 43
- Entorse 41
- Entraînement 32
- Équipement 67
- Étirements 35
- Evans Notch, région d' (Maine) 229, **231**

**F**

- Falls of Lana (région de Rutland - Killington Peak) 171
- Faune 20
- Fédération québécoise de la marche 16
- Flume Gorge Trail (région de Franconia Notch) 190
- Flying Mountain Trail (Acadia National Park) 258
- Forehead, The (Butler Lodge Trail) (Mount Mansfield) 145
- Forehead, The (Maple Ridge Trail) (Mount Mansfield) 146
- Formalités d'entrée aux États-Unis 60
- Fort Ticonderoga (Adirondacks) 91
- Franconia Notch (région de Franconia Notch) 191
- Franconia Notch, région de (New Hampshire) 184, **185**
- Frenchman's Bay (Bar Harbor) 251
- Fréquence cardiaque 33
- Frost Place, The (région de Franconia Notch) 186

**G**

- Gamelle 74
- Garfield Mountain (région de Franconia Notch) 191
- George B. Dorr Museum of Natural History (Acadia National Park) 251
- Giant Mountain (région de Saint Huberts) 114
- Giant's Nubble (région de Saint Huberts) 114
- Gîte 58
- Gîtes touristiques 60
- Glen Boulder Trail (Slide Peak) 222
- Glen Ellis Falls (région du mont Washington) 218
- Gorham Mountain Trail (Acadia National Park) 255
- Gourde 74
- Great Gulf Trail (Mount Washington) 221
- Great Head Trail (Acadia National Park) 254
- Green Mountain Audubon Center (région du Camel's Hump) 163
- Green Mountain Club (Vermont) 134

**H**

- Habillement 78
- Hamlin Peak (Mount Katahdin) 244
- Haystack Mountain (région du lac Willoughby) 157
- Hébergement 57
- Hedgehog Mountain (Kancamagus Highway) 194
- Herbe à puce 43
- High Falls Gorge (Adirondacks) 91
- Hopkins Mountain (région de Saint Huberts) 114
- Hôtels 60
- Humidité 55
- Huntington Ravine Trail (Mount Washington) 220
- Hunt Trail (Mount Katahdin) 246

Hurricane Mountain (région de Keene) 105

Hyperthermie 42

Hypothermie 43

## I

Indian Head (région de Saint Huberts) 118

Installation d'un campement 59

Introduction 13

## J

Jay Mountain (région de Keene) 107

Jay Peak (mont Mansfield et le nord du Vermont) 152

Jordan Cliffs Trail (Penobscot Mountain) 256

Jordan Pond Nature Trail (Acadia National Park) 257

Jordan Pond Shore Trail (Acadia National Park) 257

Jumelles 76

## K

Kancamagus Highway (New Hampshire) **195**

Kancamagus Highway, région de (New Hampshire) 193

Kedron Flume (région de Crawford Notch) 203

Keene, région de (New York) 102, **103**

Keene Valley, région de (New York) 107, **109**

Killington Peak (région de Rutland - Killington Peak) 174

Knife Edge Trail (Mount Katahdin) 244

## L

Lac Champlain (mont Mansfield et le nord du Vermont) 138

Lac Willoughby, région du (Vermont) 153, **155**

Lake Placid-North Elba Historical Society (Adirondacks) 91

Lake Placid Olympic Jumping Complex (Adirondacks) 91

Lake Placid Olympic Museum (Adirondacks) 91

Lampe de poche 75

Ledge Trail (Mount St. Sauveur) 258

Ledge Trail (Pine Mountain) 215

Lincoln Gap (région du Camel's Hump) 165

Lion Head Trail (Mount Washington) 219

Liste d'équipement 83

Little Haystack Mountain (région de Whiteface et le nord) 122

Little Porter Mountain (région de Keene Valley) 108

Location d'équipement 73

Lonesome Lake (région de Franconia Notch) 187

Long Trail (Vermont) 133

Longue randonnée 38

Lost Pond (région du mont Washington) 218

Loup 20

Lower Wolf Jaw Mountain (région de Saint Huberts) 118

Lowe's Path Trail (Mount Adams) 216

## M

Maine 225, **226**

Maladie de Lyme 47

Marsh-Billings-Rockefeller National Historical Park (Vermont) 168

Matelas isolant 72

Matériel 68

McKenzie Mountain (région de Whiteface et le nord) 122

Middle Sugarloaf Mountain/North Sugarloaf Mountain (région du mont Washington) 214

Mont Sugarloaf, région du (Maine) 233, **235**

Mont Washington, région du (New Hampshire) 205, **206-207**

- Mossy Cascade Trail (Hopkins Mountain) 114
- Motels 60
- Mouffette rayée 20
- Mount Abraham (région du Camel's Hump) 164
- Mount Abraham (région du mont Sugarloaf) 234
- Mount Adams (région du mont Washington) 215
- Mount Ascutney (région de Rutland - Killington Peak) 174
- Mount Avalon (région de Crawford Notch) 202
- Mount Baker (région de Whiteface et le nord) 125
- Mount Champlain (Acadia National Park) 253
- Mount Chocorua/Middle Sister/First Sister (Kancamagus Highway) 196
- Mount Coe (Baxter State Park) 247
- Mount Colden (région de l'Adirondak Loj) 100
- Mount Crawford (région de Crawford Notch) 205
- Mount Eisenhower (région du mont Washington) 223
- Mount Flume (région de Franconia Notch) 189
- Mount Gothics (région de Keene Valley) 110
- Mount Haystack (région de Keene Valley) 112
- Mount Hor (région du lac Willoughby) 156
- Mount Horrid (région de Rutland - Killington Peak) 170
- Mount Hunger (mont Mansfield et le nord du Vermont) 148
- Mount Independence State Historic Site (région de Rutland - Killington Peak) 172
- Mount Jackson (région de Crawford Notch) 203
- Mount Jefferson (région du mont Washington) 216
- Mount Jo (région de l'Adirondak Loj) 95
- Mount Katahdin (Baxter State Park) 243
- Mount Lafayette (région de Franconia Notch) 188
- Mount Liberty (région de Franconia Notch) 189
- Mount Lincoln (région de Franconia Notch) 188
- Mount Madison (région du mont Washington) 223
- Mount Mansfield (mont Mansfield et le nord du Vermont) 140, **141**
- Mount Marcy (région de Keene Valley) 113
- Mount Marcy (région de l'Adirondak Loj) 100
- Mount Moosilauke (région de Franconia Notch) 192
- Mount Moriah (région du mont Washington) 214
- Mount Osceola (Kancamagus Highway) 198
- Mount Pemigewasset (région de Franconia Notch) 191
- Mount Philo (région du Camel's Hump) 166
- Mount Pierce (région de Crawford Notch) 202
- Mount Pisgah (région du lac Willoughby) 154
- Mount Starr King (région du mont Washington) 213
- Mount St. Sauveur (Acadia National Park) 258
- Mount Tripyramid (Kancamagus Highway) 198
- Mount Van Hoevenberg (région de l'Adirondak Loj) 95
- Mount Washington Auto Road (région du mont Washington) 209
- Mount Washington Cog Railway (région du mont Washington) 209
- Mount Washington (région du mont Washington) 219
- Mount Webster (région de Crawford Notch) 204
- Mount Willard (région de Crawford Notch) 201

Mount Willey (région de Crawford Notch) 203

Mount Worcester (mont Mansfield et le nord du Vermont) 150

Multicouche 79

## N

New England Ski Museum (région de Franconia Notch) 184

New Hampshire **176**, 177

New York 85, **86**

Nipple Top (région de Saint Huberts) 120

Noonmark Mountain (région de Saint Huberts) 117

North Brother Mountain (Baxter State Park) 247

Nose, The (Halfway House Trail) (Mount Mansfield) 144

Nose, The (Haselton Trail) (Mount Mansfield) 140

## O

Ocean Path (Acadia National Park) 255

Oiseaux 25

Olympic Center (Adirondacks) 91

Orientation 47

Orignal 20

Osgood Trail (Mount Madison) 223

Otter Creek Brewing (Middlebury) 138

Ours noir 22

Owls Head Lookout (région de Keene) 106

Owl's Head (mont Mansfield et le nord du Vermont) 153

Owls Head Mountain (région de Keene) 104

## P

Park Loop Road (Acadia National Park) 251

Passeport 60

Pemetic Mountain (Acadia National Park) 256

Pemetic Mountain Trail (Pemetic Mountain) 256

Penobscot Mountain (Acadia National Park) 256

Penobscot Mountain Trail (Penobscot Mountain) 256

Perdu en forêt 52

Perte de poids 39

Phelps Mountain (région de l'Adirondak Loj) 99

Phelps Trail (Mount Marcy) 113

Physiologie de la marche 29

Pico Peak (région de Rutland - Killington Peak) 173

Pieds 34

Pine Mountain (région du mont Washington) 215

Pinkham Notch Visitor Center (New Hampshire) 182

Pistes d'animaux 23

Pitchoff Mountain (région de Keene) 102

Plymouth Artisan Cheese Factory (Plymouth) 168

Points de côté 41

Poke-o-Moonshine Mountain (région de Whiteface et le nord) 128

Porc-épic 21

Porte-bébés 65

Precipice Trail (Mount Champlain) 253

Premiers soins 40

Préparation d'une randonnée 62

President Calvin Coolidge State Historic Site (Plymouth) 168

Presidential Range, traversée de la (région du mont Washington) 223

Prospect Rock (mont Mansfield et le nord du Vermont) 151

## Q

Quechee Gorge (région de Rutland - Killington Peak) 175

Quechee State Park (région de Rutland - Killington Peak) 175

**R**

- Rage 21
- Rail'n River Trail (Kancamagus Highway) 197
- Randonnée 27
- Raton laveur 21
- Réchaud 73
- Refuge 58
- Renard roux 21
- Réparation 82
- Ripley Falls (région de Crawford Notch) 204
- Robert Frost Interpretive Trail (région du Camel's Hump) 166
- Rocky Falls (région de l'Adirondak Loj) 96
- Rocky Peak (région de Saint Huberts) 116
- Rooster Comb (région de Keene Valley) 110
- Round Mountain (région de Saint Huberts) 117
- Russell-Colbath Historical House (Kancamagus Highway) 197
- Rutland – Killington Peak, région de (Vermont) 168, **169**
- Rythme 32

**S**

- Sabbaday Falls (Kancamagus Highway) 194
- Sac à dos 70
- Sac de couchage 71
- Saddleback – Basin (région de Keene Valley) 111
- Saddleback Mountain (région du mont Sugarloaf) 234
- Saddle Trail (Mount Katahdin) 246
- Saint Huberts, région de (New York) 119, **121**
- Saisons 17
- Savoir-vivre 60
- Sawteeth Mountain (région de Saint Huberts) 119

- Scarface Mountain (région de Whiteface et le nord) 124
- Sécurité 62
- Sentier international des Appalaches (New Hampshire) 180
- Sentiers balisés 52
- Shelburne Museum (mont Mansfield et le nord du Vermont) 138
- Ship Harbor Nature Trail (Acadia National Park) 259
- Short Trail (mont Mansfield et le nord du Vermont) 149
- Sifflet de signalisation 53
- Silver Lake Mountain (région de Whiteface et le nord) 128
- Slide Peak (région du mont Washington) 222
- South Bubble (Acadia National Park) 257
- South Crocker Mountain (région du mont Sugarloaf) 237
- South Moat Mountain (Kancamagus Highway) 199
- South Ridge Trail (Cadillac Mountain) 255
- South Turner Mountain (Baxter State Park) 242
- Spruce Mountain (mont Mansfield et le nord du Vermont) 152
- Square Ledge (région du mont Washington) 218
- Sterling Pond (Mount Mansfield) 148
- Story Land (région du mont Washington) 209
- Stowe Mountain (mont Mansfield et le nord du Vermont) 138
- Stowe Pinnacle (mont Mansfield et le nord du Vermont) 149
- Stowe Recreation Path (mont Mansfield et le nord du Vermont) 138
- Subway Trail (Mount Mansfield) 143
- Sugarbush Cheese & Maple Farm (Woodstock) 168
- Sugarloaf Mountain (région du mont Sugarloaf) 236

Sunset Ledge (Lincoln Gap) (région du Camel's Hump) 164  
Système « multicouche » 79

## T

Taylor Lodge – Taft Lodge (Long Trail) (Mount Mansfield) 146  
Température 55  
Température corporelle 34  
Tente 57, 72  
Texas Falls (région du Camel's Hump) 167  
The Beehive (Acadia National Park) 254  
The Owl Mountain (Baxter State Park) 247  
The Roost (région d'Evans Notch) 230  
Thompson Falls (région du mont Washington) 218  
Toile-abri 57  
Trapp Family Lodge (Stowe) 138  
Triple Falls (région du mont Washington) 215  
Trousse de premiers soins 83  
Trousse de réparation 75  
Tuckerman Ravine Trail (Mount Washington) 219  
Tundra Trail (Long Trail) (Mount Mansfield) 144  
Types de marche et de randonnée 29

## U

Underhill State Park Campground, Boucle partant de l' (Mount Mansfield) 147

## V

Valley Way Trail (Mount Adams) 215  
Van Hoevenberg Trail (Mount Marcy) 101  
Vent 57  
Vermont **130**, 131  
Vermont Folklife Center (Middlebury) 138  
Vermont Institute of Natural Science Nature Center (Quechee) 170  
Vermont Marble Museum (région de Rutland – Killington Peak) 168  
Vermont, nord du **137**  
Visa 60

## W

Weather Discovery Center (North Conway) 209  
Webster – Jackson Trail (Mount Jackson) 203  
West Face Trail (Cadillac Mountain) 256  
Wheeler Mountain (région du lac Willoughby) 157  
Whiteface et le nord, région de (New York) 122, **123**  
Whiteface Mountain (région de Whiteface et le nord) 126  
Whiteface Veterans Memorial Highway (Adirondacks) 91  
White Mountain National Forest (New Hampshire) 182  
White Mountains (New Hampshire) **183**  
Wilmington Trail (Whiteface Mountain) 127  
Wonderland Trail (Acadia National Park) 259  
Wright Peak (région de l'Adirondak Loj) 96