

LE SAMEDI 30 NOVEMBRE 1996

SPORTS

*d'hiver*

96

La Presse

# De la Formule 1 sur neige

Que la planche à neige ait inspiré la conception des skis paraboliques, ça n'a rien de surprenant. Mais que la planche à neige s'inspire, elle, de la technologie des voitures de Formule 1, c'est exceptionnel.

Il s'agit en fait de la recette sur laquelle mise Benetton Sportssystem pour plaire aux planchistes. Pour la conception de certains modèles de sa ligne de planches « Killer Loop », l'entreprise italienne emploie

des tubes de fibre sous-vide, soit le même procédé de fabrication qu'elle utilise pour les ailerons avant et arrière de ses voitures de course de F.1. Même les vis que l'on trouve un peu partout sur les bolides

de Benetton servent à maintenir les spatules interchangeables de la planche.

Pendant, si le concept de cette planche plus légère s'avère exclusif, son efficacité est loin d'être impeccable. Trop ri-

gides, plusieurs de ces planches ont brisé en deux l'an dernier. Selon, Michael Pagotto, représentant des ventes Benetton à Montréal, la compagnie a corrigé ses faiblesses et offre un excellent produit cette saison. C'est à souhaiter, puisque ces planches coûtent de 600 \$ à 700 \$.

## Une école de « snow » itinérante

À tous les parents qui n'ont pas le temps de mener leurs marmots planchistes à la montagne et à tous les autres mordus de la planche à neige, le Club Prestige offre, pour une deuxième année consécutive, une formule de club-école itinérante.

Le prix des forfaits varie de 360 \$ à 730 \$ et comprend le transport, le billet de remontée et les leçons pour tous les niveaux.

Pour informations, on joint le club Prestige au (514) 892-SNOW. C.H.

## LE PLUS BEAU POINT DE VUE SUR L'HIVER

À 30 minutes de Québec

Enfin du ski à la hauteur de vos attentes!

À seulement 30 minutes de Québec, le Mont-Sainte-Anne vous propose 51 pistes de ski alpin et de planche à neige entourées de paysages à vous couper le souffle. Vous pourrez vous donner à fond dans des conditions de ski exceptionnelles.

Sans oublier les nombreux à-côtés : 12 remontées mécaniques, dont une télécabine de huit passagers, un centre pour enfants comme vous n'en verrez pas ailleurs, 225 kilomètres de sentiers de ski de fond, des randonnées en traîneau à chiens, du parapente, des restaurants et des bars en montagne et à la base. Et surtout, un accueil inoubliable.

Centrale de réservation

**1 800 463-1568**

**Mont-Sainte-Anne**  
Chacun y trouve son sommet

Route 360, C.P. 400 Beaupré GOA 1E0  
Tél.: (418) 827-4561 • Fax : (418) 827-3121  
<http://www.mont-sainte-anne.com>

**FORFAIT ÉVASION**  
Ski alpin à partir de **139\$** par pers.  
Ski de fond à partir de **99\$** par pers.  
Inclus : 2 nuits, 2 jours de ski, une consommation et un souper.  
Réduction de 25% pour les séjours avant le 20 déc. 1996.  
Tarif en occupation double. Taxes en sus.

**VESTIAIRE VA DES ATHLÈTES**

**RABAIS DE 50\$**  
avec tout achat de 300\$ et plus hors taxes

**LA MEILLEURE SÉLECTION DE VÊTEMENTS DE SKI AU CENTRE-VILLE**

LOUIS GARNEAU  
DESCENTE  
ORAGE  
Skiwear  
THE NORTH FACE  
PHENIX

1192, rue Ste-Catherine O, angle rue Drummond  
**875-0079**  
Centre Eaton • 845-8722



# À pleins poumons, toute la saison durant

**RICHARD RENÉ**  
collaboration spéciale

Mine de rien, la section des sports de *La Presse* en est déjà à son septième cahier « Sports d'hiver ». Ses motivations sont demeurées les mêmes depuis sept ans, c'est-à-dire vous fournir les outils nécessaires afin de vous donner le goût de profiter pleinement de l'hiver. Et comme vous le constaterez, son contenu a su s'adapter aux nouvelles tendances.

Évidemment, la grande mode est maintenant celle de la planche à neige. Depuis son apparition, elle a été perçue par les skieurs comme le cheveu sur la soupe. Mais les dirigeants des stations de ski ont commencé à reconnaître que les planchistes représentent un marché intéressant. À un point tel que, comme l'explique Claudine Hébert dans son texte, certains d'entre eux ont convenu de céder aux néviplanchistes des droits exclusifs sur certaines pentes.

L'autre nouvelle tendance est celle du traîneau à chiens. On constate aujourd'hui un engouement certain pour ce type de randonnée en plein air. Mais comme nous l'explique Yves Séguin, il faut se méfier de ceux qui s'improvisent spécialistes du domaine.

Autre nouveauté, cette année, nous avons demandé à Yves Pelletier, Julie Snyder et Jacques Chevalier, trois personnalités du monde artistique, quels étaient

leurs projets pour la saison hivernale. Leurs réponses furent pour le moins... surprenantes!

Comme à l'habitude, nous passons en revue la plupart des sports d'hiver qui sont populaires chez nous et d'autres qui gagnent à être connus, comme l'escalade sur glace et la plongée sous-marine d'hiver.

Finalement, nous vous fournissons un répertoire des stations de ski et des centres de ski de fond et les coordonnées des organismes qui vous permettront de vous renseigner sur les conditions de pratique des différents sports d'hiver.

Bon hiver et surtout, vivez-le à pleins poumons.

## Sommaire

- ❑ Page 2, les trouvailles.
- ❑ Page 4, la planche à neige.
- ❑ Page 5, le traîneau à chiens.
- ❑ Page 6, les sports de glisse.
- ❑ Page 7, à voir et à faire cet hiver au Québec.
- ❑ Page 8, la blanche saison de nos vedettes.
- ❑ Page 9, l'hiver en famille à Montréal.
- ❑ Page 10, le répertoire des sentiers de ski de fond.
- ❑ Page 11, la plongée sous-marine et l'escalade sur glace.
- ❑ Page 12 à 15, le répertoire des stations de ski alpin et les tendances 1996-1997.
- ❑ Page 15, la motoneige.

**VOICI POURQUOI NOUS SOMMES LE NO DU SKI. NOTRE SECRET :**

**NOUS ACHETONS LES FAILLITES ET LIQUIDATIONS MANDATÉES PAR LES FOURNISSEURS POUR LIQUIDER LES STOCKS.**

**PLANCHE À NEIGE • SKI DE FOND LES PRIX !!!**



Lots de bottes de ski alpin neuves  
À partir de **39 \$**

### VÊTEMENTS

**EXEMPLE**  
Lot de pantalons de ski À partir de **19 \$**  
Ensemble complet À partir de  
Manteau **99 \$** Adulte **149 \$**  
Pantalon Junior **99 \$**

### SKI ALPIN

Ensemble adulte  
• Skis  
• Bottes  
• Fixations **199 \$**  
À partir de

### PLANCHES À NEIGE

Lot de planches à neige à liquider À partir de **99 \$**  
ÉTUIS DE PLANCHES À NEIGE À partir de **19 \$**  
BOTTES DE PLANCHE À NEIGE **150 \$** de rabais **89 \$**

**PAR RESPECT POUR LES FOURNISSEURS ET LES COMPAGNIES, NOUS NE NOMMONS AUCUNE MARQUE DANS NOS PUBLICITÉS. (PRIX RIDICULEMENT BAS)**

### Mise au point de vos skis

Aiguillage 5 \$  
Cirage 5 \$  
Nettoyage 5 \$  
3 autres options en magasin

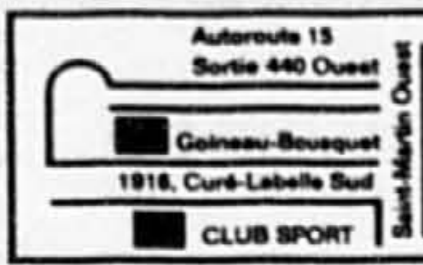
LOUEZ VOS SKIS  
• JOUR • MOIS  
• ANNÉE

**MORENSKI**  
École de ski alpin et de planche à neige  
Directeur : Alain Bissonnette  
SKI LIBRE OU AVEC COURS  
AUTOCARS DE LUXE  
INFORMEZ-VOUS !  
(514) 628-5500

**MARCHANDISES NEUVES ET USAGÉES (Échanges acceptés)**

**MEGA CLUB SPORT 973-4350**  
**1916, Curé-Labelle, Laval**

**SAINT-JÉRÔME**  
569-8165  
**VALLEYFIELD**  
377-4969



FORFAITS DE SKI À PARTIR DE

Mont Tremblant:	114 \$
Stowe, Vt:	179 \$
Banff:	999 \$
Whistler:	1 249 \$
Chalets Mt Ste-Anne:	1 129 \$

Condo 4 et 5 chambres - 5 nuits pour la semaine du 23 février

VISITEZ NOTRE SITE INTERNET: WWW.SPORTVAC.COM

**VOYAGES SPORTVAC PLUS INC.**  
426, Ave Victoria, St-Lambert, J4P 2H9

Tél de Mtl: (514) 861-7587  
ou: 1-888-SPORTVAC

SKI et GOLF

DEMANDEZ NOTRE NOUVELLE BROCHURE SKI & GOLF 1996-97



## PLANCHE À NEIGE

# L'ère des moutons noirs est maintenant révolue

CLAUDINE HÉBERT  
collaboration spéciale

Finie l'époque où les planchistes étaient considérés comme les moutons noirs des stations

de ski. En plus de leur aménager des parcs de planche à neige et des demi-lunes, les stations leur accordent dorénavant des sections exclusives à leur pratique.

Avec ses 11 pistes, ses sous-bois, ses deux demi-lunes, ses deux parcs de planche à neige et ses sautoirs un peu partout sur les pentes, le mont Christie s'affirmera cet hiver comme étant la première station du Québec officielle des néviplanchistes. Si la petite station des Laurentides remplit ses promesses, elle risque de créer un précédent dans le monde du snowboard au Québec. Malgré son nouveau créneau, la station acceptera tout de même les skieurs.

Ce qui ne sera pas le cas toutefois de la nouvelle section de montagne du mont Gabriel réservée exclusivement aux planchistes. Gare aux skieurs contrevenants! Située sur le versant sud, cette section sera couverte de neige artificielle, éclairée en soirée et dotée de haut-parleurs qui diffuseront de la musique complètement sautée.

La station Vallée du Parc à Grand-Mère, dont la clientèle est majoritairement composée de planchistes, a elle aussi aménagé une piste exclusive aux utilisateurs de planche à neige.

### Les « spots » par excellence

Par ailleurs, si l'on se fie au palmarès des meilleures stations de



PHOTO PIERRE McCANN, La Presse

Désormais, les planchistes ne sont plus considérés comme des envahisseurs.

snowboard de Sports Activité, un organisme d'évaluation des pistes, la station Mont Tremblant a remporté haut la main la première place. François Trudeau, coordonnateur des activités de planche à neige chez Sports Activité, indique que la station laurentienne a mérité cette distinction grâce à l'entretien minutieux du snowpark et à l'excellente condition des pistes pour les planches alpines.

Ex-aequo, les stations Mont Saint-Bruno et Mont Gabriel se partagent le deuxième rang pour l'organisation d'événements et pour l'ambiance de leur snowpark.

Le mont Garceau s'est hissé en troisième position entre autres pour l'aménagement de son nouveau parc de planche à neige complet situé près de la remontée mécanique.

Pour les amateurs de poudre fraîche, le Massif de la petite rivière Saint-François conserve son titre de capitale incontestable du free-riding.

M. Trudeau fait observer que les stations mont Saint-Anne, Stoneham, Bromont, Val Saint-Côme, mont Saint-Sauveur, mont Avila, Massif du Sud et mont Comi ont aussi mérité une mention honorable pour leurs installations.

C'est tellement l'un que c'est  
quasiment  
péché!



Venez décompresser avec votre famille  
à un prix diablement économique!

**Forfait**  
FAMILI-FUN

2 ADULTES, 2 ENFANTS  
5 NUITS, 6 JOURNÉES DE SKI

À partir de  
**499\$\*** à l'Hôtel  
Stoneham

Le forfait FAMILI-FUN inclut 5 nuits d'hébergement et 6 journées de ski de 9 h à 22 h, pour 2 adultes et 2 enfants de 18 ans et moins qui accompagnent leurs parents.

Aussi disponible en appartement studio à partir de 599 \$\* par nuit pour 2 adultes et 2 enfants de 18 ans et moins qui accompagnent leurs parents.

\* Offre valide du 5 janvier au 30 janvier 1997 du dimanche au jeudi.  
Ne peut être combinée à aucune autre promotion.  
Quantité limitée. Taxes en sus.



Appelez-nous!  
(418) 848-2411  
1 800 463-6888

1420, avenue du Hibou  
Stoneham (Québec)  
G0A 4P0

# Stoneham

La station préférée de ceux qui l'ont essayée!

UNIVERSEL

### VIVEZ LA GRANDE DESCENTE

• Notre forfait comprend :  
1 suite junior  
Billets de remontée à la station  
touristique Stoneham  
Petit déjeuner continental  
Stationnement gratuit

65\$  
par personne  
occ. double

### AUSSI DISPONIBLES :

Forfait motoneige  
Forfait découverte  
Forfait romantique  
Forfait FunFunFun (Village des sports)

1 800 463-4495

2300, chemin Sainte-Foy, Sainte-Foy (Québec)

## Essais gratuits

Le magazine SnoQuébec (petit frère de Ski-Presse) organise une fois de plus cette année des week-ends d'essais de planche à neige avec initiation gratuite. Les dates retenues sont les 14-15 décembre au mont Tremblant, les 21-22 décembre au mont Sainte-Anne et les 25-26 janvier à Bromont. Les essais se déroulent toujours sous le même principe, soit un billet de remontée gratuit

pour chaque nouvel essai de planche. Les planchistes de tous calibres auront la possibilité d'étreindre entre autres les nouveaux produits de Burton, Ride, Limited, Original Sim, K2, Nale et Oxygen. Les personnes de 18 ans et moins devront être accompagnées d'un adulte. Une carte d'identité et une carte de crédit seront exigées en dépôt. On se renseigne au 464-3121.

C.H.

# Une passion dévorante !

**YVES SÉGUIN**  
collaboration spéciale

Loin d'être une caricature, cette phrase revient spontanément dans la bouche des nombreux Européens venus découvrir les joies de l'hiver au Québec. Le pire c'est que ces touristes, qui habituellement sont gavés de clichés et de stéréotypes folkloriques, ont parfaitement raison.

Filer à toute allure, accroché à son traîneau, le nez dans le vent, les yeux qui observent ces magnifiques bêtes courir et tirer si vaillamment, procure effectivement la sensation d'être un découvreur, d'être le premier être humain à parcourir ces forêts.

Tout cela, bien sûr, à condition d'être bien encadré par des spécialistes en la matière et non pas par des éleveurs improvisés qui vous feront faire un petit tour sur un anneau de neige de 200 mètres, vous faisant croire que ces chiens sont de la race des loups! « Malheureusement, le monde du chien de traîneau n'est pas encadré ni structuré par un organisme ou une fédération. Ainsi, n'importe qui peut s'improviser muscher et offrir ses services. L'accent est davantage mis sur la petite balade vite faite que sur l'univers du chien et sa relation avec l'homme et la nature », raconte François Beiger, du Centre d'interprétation du chien de traîneau et nature au Québec (514-228-8944), situé à Entrelacs dans les Laurentides.

Ainsi donc la découverte de cette activité hivernale devrait, idéalement, inclure une introduction à la vie canine et à la façon de se comporter avec ces chiens. « Contrairement à la pensée populaire, les chiens huskies, sibériens et eskimos sont très doux. Chez nous, nous avons 54 chiens (tous de race pure) et notre clientèle est invitée à les approcher et à les caresser. Dès la première sortie, le client peut conduire lui-même son attelage, s'il le désire. Il est préférable que les gens se déplacent vers le



PHOTO ROBERT NADON. La Presse

**Glisser dans les bois à bord d'un traîneau à chiens procure la sensation d'être un découvreur.**

viennent à eux, car ces derniers sont plus stressés lorsqu'ils sont dans un petit parc municipal, en ville ou devant un hôtel par exemple, poursuit François Beiger, pour qui le traîneau à chiens est avant tout une passion et non une business. Il vient d'ailleurs d'écrire un ouvrage intitulé *11 chiens, un homme, une passion*, qui raconte ses nombreuses aventures de muscher dans les grandes régions sauvages du Québec.

Pour ceux et celles qui ont envie de tenter l'aventure, il en coûte environ 50 \$ pour un essai et autour de 130 \$ pour une journée complète. Des forfaits de plusieurs jours, notamment dans le Grand-Nord québécois sont également offerts. Le magazine *Géo Plein Air* (hiver 1996) dresse une liste des organismes qui offrent l'activité traîneau à chiens, dans son « Guide d'aventu-

## Le Vieux Québec *Charme et Gastronomie*

# 139\$

**Tout inclus**  
par personne pour 2 jours (minimum 2 personnes)

- ◆ 2 nuits à l'hôtel de votre choix
- ◆ Le stationnement sur place
- ◆ Les déjeuners complets (type continental, au Château Bellevue)
- ◆ 2 soupers table d'hôte pour 2 pers.
- ◆ Les taxes
- ◆ Les pourboires
- ◆ Disponible les 7 jours de la sem.
- ◆ Tout est inclus excepté les boissons alcoolisées
- ◆ Valide jusqu'au 26 juin 1997

### *Les Hôtels*

#### **Manoir Lafayette**

Situé sur la Grande Allée  
Ascenseur  
Aux portes du Vieux-Québec  
**1 800 363-8203**  
661, Grande Allée Est

#### **Château Bellevue**

Au cœur du Vieux-Québec  
Vue sur le fleuve  
Ascenseur  
À deux pas du Château Frontenac  
**1 800 463-2617**  
16, rue Laporte

#### **Château Laurier**

Situé sur la colline parlementaire  
Voisin des Plaines d'Abraham  
Ascenseur  
**1 800 463-4453**  
695, Grande Allée Est

### *Les Restaurants*

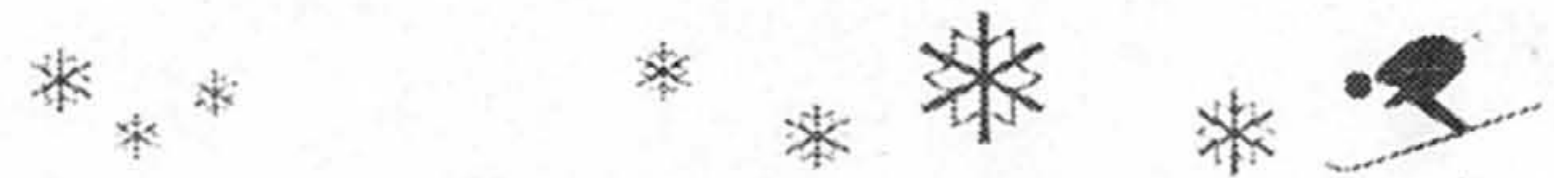
- Aux Anciens Canadiens • Le Louis-Hébert
- Le Patrimoine

Sont exclus  
les 14 et 15 fév. 97

# 10%

**de rabais**

du dimanche au jeudi sur présentation de cette annonce  
Jusqu'au 30 mai 1997



## LA GLISSE

# Pour réveiller l'enfant en vous

La glissade est possiblement l'activité hivernale qui ramène le plus à l'enfance. Tout mouillé, les mitaines gonflées, encore une petite dernière descente histoire de s'éclater à fond! Que ce soit sur un traîneau, une traîne-sauvage grand luxe, une super luge, une chambre à air, une soucoupe étourdissante, un éternel crazy carpet ou simplement un morceau de carton, le plaisir et les éclats de rire sont au rendez-vous.

À Montréal, le Services des sports et loisirs (872-6211) propose pas moins de 12 sites où les mordus de la glissade s'en donneront à coeur joie. Les parcs du Mont-Royal, Angrignon, Lafontaine, des Hirondelles et Ahuntsic ont la faveur des dévaleurs de pentes. Au parc des Îles (872-ILES), on dispose également d'une quinzaine de couloirs enneigés et éclairés pour la glissade sur tubes. Les parcs-nature de la CUM (280-6700) offrent aussi de belles buttes où glisser.

À Laval, les parcs de la Rivière-des-Mille-Îles (622-1020) et des Prairies (662-4902), ainsi que le Centre de la nature (662-4942), offrent de jolies pentes. Du côté de

Longueuil, le Parc régional (468-7619) dispose d'une superbe butte, avec enneigement artificiel.

### Trotinette des neiges

La trotinette des neiges, aussi appelée luge scandinave, fait de plus en plus d'adeptes. Si plusieurs l'ont découverte lors des Jeux de Lillehammer, il y a déjà quelques années que l'on peut pratiquer cette activité au Québec, sur la neige ou sur la glace.

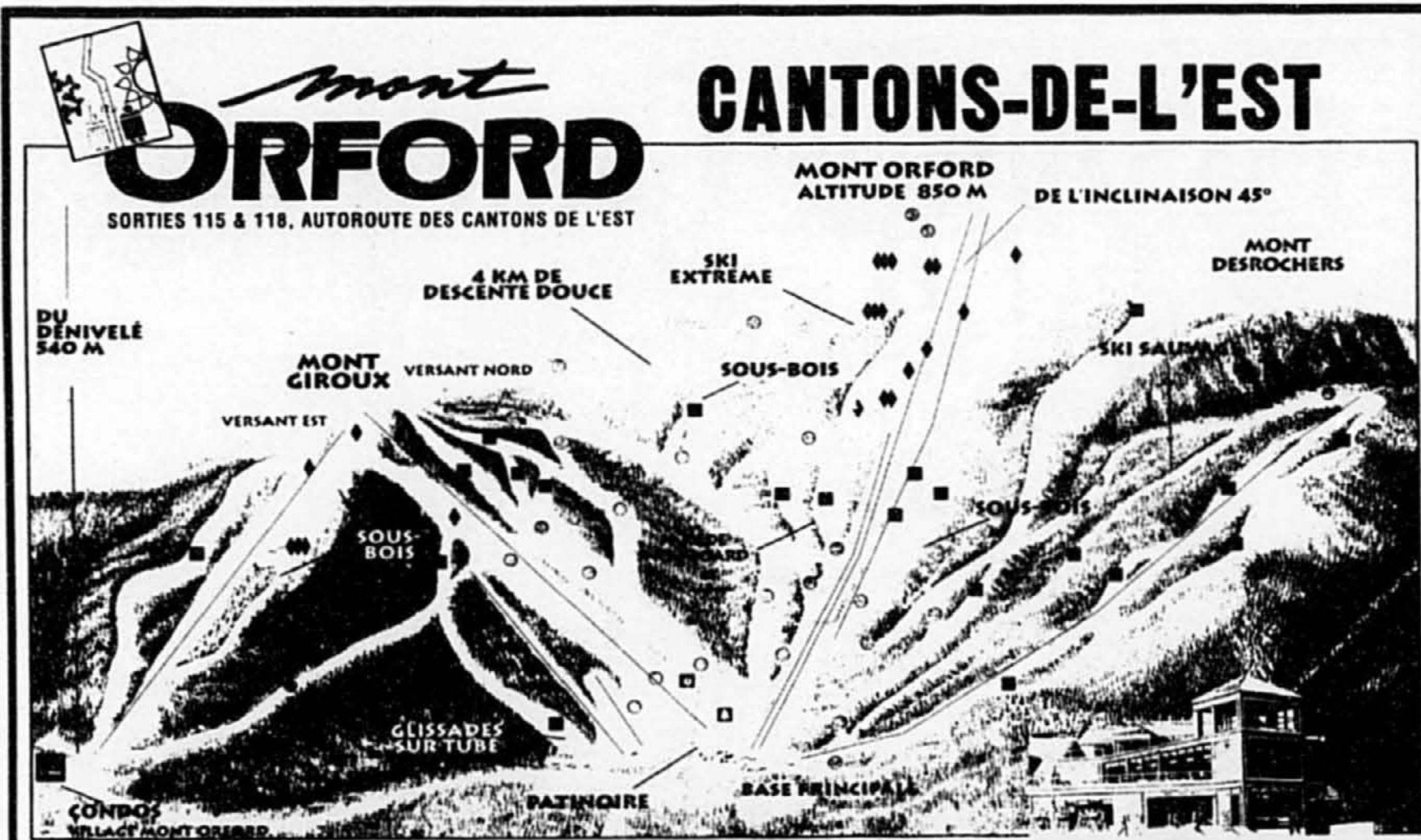
La trotinette est en fait une chaise de bois montée sur de petits skis flexibles. À l'extrémité du dossier se trouvent des poignées. Un pied posé sur l'appui-pied du ski, l'autre pousse dans la neige afin d'assurer la propulsion, tout comme sur une petite trotinette à deux roues. Une nouvelle façon d'apprivoiser l'hiver. Si l'achat (près de 300 \$) n'est pas à la portée de toutes les bourses, la location (autour de 5 \$ l'heure) peut s'avérer la meilleure façon de tenter l'expérience (Parc des Îles, 872-ILES; Angrignon, 872-3816; Rivière-des-Mille-Îles, 622-1020; Centre de la nature, 662-4942).

Y.S.



PHOTO BERNARD BRAULT. La Presse

La luge scandinave.



## PRIX RÉTRO

1995-98 ~~38,50\$~~ par jour + taxes  
**ADULTES**

1988-89 = 1996-97  
**28,75\$** par jour + taxes  
**ADULTE**

ÉTUDIANT 14-23 ANS  
**26,75\$** + taxes

ENFANT 6 à 13 ANS ; SENIOR 65-69 ANS  
**17,55\$** + taxes

5 ANS ET MOINS ; 70 ANS ET +  
**GRATUIT**

## CARTE

# ORFORD PLUS +

Pour seulement **25\$** + taxes

**PRIVILÈGES EXCEPTIONNELS  
 POUR SKIEURS et  
 PLANCHISTES**

- 2 JOURNÉES DE SKI GRATUITES!
- BILLET DE JOURNÉE POUR ADULTE DE 20 \$ À 25 \$
- 10% DE RÉDUCTION SUR REPAS ET HÉBERGEMENT et bien d'autres AVANTAGES

DEMANDEZ-LA MAINTENANT  
**1 800 843-6548**

## FORFAITS SKI ET SURF



À partir de  
**69\$** par pers. + taxes et serv.  
 occ. double

1 jour de ski 1 nuit - 2 repas  
**1 800 567-2727**



À partir de  
**80\$** par pers. + taxes  
 occ. quadruple

2 jours de ski - 2 nuits  
**1 800 567-7315**

MONT ORFORD À 1 HEURE DE MONTRÉAL, SORTIE 115 AUTOROUTE 10

TOURISME ESTRIE/  
 CANTONS-DE-L'EST

INFO. : **1-800-355-5755**

Adresse Internet: [www.tourisme.estrie.qc.ca](http://www.tourisme.estrie.qc.ca)



**LE MASSIF**

de Petite-Rivière-Saint-François  
 vous offre

POUR

**Ça!**

FORFAITS SKI AVEC HÉBERGEMENT

de **49\$ à 99\$** par pers. en occ. double  
 OBTENEZ LA LISTE COMPLÈTE DES 25 ÉTABLISSEMENTS  
 OFFRANT NOS FORFAITS EN COMPOSANT LE  
**(418) 632-5876**

Une collaboration du



**Charlevix**  
 Association Touristique Régionale



## À VOIR ET À FAIRE CET HIVER AU QUÉBEC

### DÉCEMBRE

26 décembre au 15 février  
**Sainte-Anne-de-la-Pérade**  
Carnaval des petits poissons des che-  
naux  
( 819 ) 375-1222  
1-800-576-7603

### JANVIER

Week-ends de janvier à avril  
**Saint-Donat**  
Week-ends blancs  
Courses de traîneaux à chiens, ran-  
données en motoneige et autres ac-  
tivités familiales.  
( 514 ) 834-2535  
1-800-363-2788

8-9 janvier  
**Mont-Tremblant**  
Coupe du monde  
de ski acrobatique  
( 514 ) 436-8532

25 janvier au 8 février  
**Saint-Côme**  
Festival de sculptures sur glace  
Exposition de sculptures, tournoi  
de hockey, descente de ski à la  
lueur des flambeaux à la station  
Val St-Côme.  
( 514 ) 834-2535  
1-800-363-2788

31 janvier au 16 février  
**Québec**  
Carnaval de Québec  
( 418 ) 692-2471

### FÉVRIER

Début février  
**Joliette**  
Festi-Glace  
Les patineurs s'en donnent à coeur  
joie sur la rivière l'Assomption, en  
plein centre de la ville. Activités  
gratuites pour la famille.  
( 514 ) 834-2535  
1-800-363-2788

Début février  
**Île aux Coudres**  
( Charlevoix )  
Classique Optimiste  
La plus importante course de traî-  
neaux à chiens au Québec réunit  
sur la ligne de départ des concu-  
rrents du Canada et des États-Unis.  
( 418 ) 665-4454  
1-800-667-2276

1er au 16 février  
**Montréal**  
La fête des Neiges  
Parc des Îles  
( 514 ) 872-ILES  
7-9, 14-16, 21-23 février  
**Hull-Ottawa**  
Bal de Neige  
Trois week-ends de festivités avec,  
comme point de mire, la plus lon-  
gue patinoire au monde.  
( 819 ) 778-2222  
1-800-265-7822

8 février  
**Saint-Jean-de-Matha**  
Skions sous les étoiles  
Randonnée nocturne de ski de fond  
à la montagne Coupée.  
( 514 ) 834-2535  
1-800-363-2788

8-9 février  
**Lachute**  
Marathon canadien  
de ski de fond  
( 514 ) 436-8532

12-16 février  
**Valcourt**  
Grand Prix  
Le plus important rassemblement  
de motoneigistes au monde. Cinq  
jours de festivités dont trois consa-  
crés aux courses.  
( 819 ) 820-2020

14-16 février  
**Parc de la Gatineau**  
Keskinada Loppet  
Compétition de ski où 2000 fon-  
deurs, novices et experts, de 20  
pays, se rencontrent.  
( 819 ) 778-2222  
1-800-265-7822

Mi-février  
**Mont-Tremblant**  
Triathlon d'hiver  
Les membres du grand public sont  
cordialement invités à se mesurer  
aux deux équipes d'élite, masculi-  
ne et féminine, dans les épreuves  
de ski alpin, ski de fond et patina-  
ge de vitesse.  
( 514 ) 436-8532

17-18 février  
**Gatineau**  
Rendez-vous Gatineau  
Le volet Gatinois du Bal de neige  
comprend des courses de traîneaux  
à chiens, des activités sportives et  
des spectacles.  
( 819 ) 778-2222  
1-800-265-7822

### MARS

Début mars  
**La Sarre**  
Traversée du lac Abitibi  
Expédition de 5 jours ( quatre nuits  
en bivouac ) sur ce grand lac fron-  
talier.  
( 819 ) 762-8181  
7-9 mars  
**Baie-Comeau**  
Carnaval des neiges  
Un programme complet de réjouis-  
sances incluant des concours de  
planche à neige, de motoneige et  
de traîneau à chiens.  
( 418 ) 589-5319

Note : des modifications ou des an-  
nullations peuvent survenir après la  
parution de cette liste. Pour vous as-  
surer des détails fournis, contactez  
les Associations touristiques régiona-  
les dont les numéros de téléphone  
sont fournis plus haut.



## MONT SAINT-SAUVEUR

# SKIEL dans le tapis!

### La magie de la Vallée de Saint-Sauveur, c'est...

- ...l'accès à 5 stations de jour et de soir avec votre billet de ski;
- ...Le magnifique village de Saint-Sauveur reconnu pour ses restaurants, ses boutiques, son après-ski;
- ...Le ski de soirée et le spectacle des pistes illuminées;
- ...Une escapade de quelques jours dans un condominium en bordure de pistes et du plaisir fou : ski, glissades sur tubes, patin, raquette, etc.

<p>VSS-016</p> <p><b>JOURNÉE DE SKI</b> Économisez <b>4\$</b></p> <p>Présentez ce coupon dûment rempli à la billetterie, et ne payez que 30¢ pour un billet de ski journée complète, fin de semaine, catégorie adulte (rég. 34') ou obtenez 4¢ de rabais sur un billet de ski journée complète, catégorie enfant (6-12 ans). Rabais valable 7 jours par semaine jusqu'au 21 février 1997. Aucune valeur monétaire. Un coupon par personne par visite. Ne peut être combiné à d'autres rabais ou promotions.</p> <p>NOM _____ ADRESSE _____ VILLE _____ CODE POSTAL _____</p>	<p>919-55A</p> <p><b>VACANCES DE SKI</b> Seulement <b>49\$</b> par personne par nuit</p> <p>Comprend l'hébergement en condominium en bordure de pistes et le ski jour et soir. Occupation quadruple, min. 2 nuits en semaine. Présentez ce coupon dûment rempli dès votre arrivée pour bénéficier <b>gratuitement des glissades sur tubes</b> au Parc des Neiges du Mont Avila. Non valable du 21 décembre 1996 au 5 janvier 1997 et du 14 février au 15 mars 1997.</p> <p>NOM _____ ADRESSE _____ VILLE _____ CODE POSTAL _____</p>
--	--

**MONT SAINT-SAUVEUR**

350, rue Saint-Denis, Saint-Sauveur-des-Monts (Québec) J0R 1R3  
Autoroute des Laurentides (15) • Sortie 58 ou 60  
Adresse Internet : <http://www.montsaintsauveur.com>  
**(514) 227-4671** ..... Montréal et région de Saint-Sauveur  
**871-0101** ..... Rive sud, Rive Nord de Montréal et Laval  
**1 800 363-2426** ..... Ailleurs au Québec





## LA BLANCHE SAISON DE NOS VEDETTES

# Il faut bien rire de l'hiver !

Les Yves Pelletier, Julie Snyder et Jacques Chevalier sont loin d'être de grands athlètes. Mais comme monsieur et madame tout le monde, ils aiment bien profiter à leur façon des joies et des plaisirs que leur procure l'hiver.

### Yves Pelletier, ex-Rock et Belles Oreilles

■ En fait, je ne pratique aucun sport régulier... Aucun de mes amis possède de chalet. À mon avis, le sport le plus emballant



Julie Snyder

Heights. J'aime aussi le ski de fond. Pour cette activité, je vais chez une de mes amies à Val-

Morin où je parcours entre 8 et 10 km. Après, c'est la raclette et le verre de vin blanc. À part ça, je ne pratique pas d'autres activités. J'approche de la trentaine, je commence même à me trouver un peu « matante » Rita !

### Jacques Chevalier Longueuil, Bleu Poudre

■ L'hiver, je fais du ski alpin, du ski de fond, du patin et de la raquette. Est-ce que faire du couscous c'est un sport ? Je fais aussi de l'obésité. D'ailleurs, je considère avoir le physique



Jacques Chevalier

pour pratiquer la lutte sumo. Il ne me reste plus qu'à me trouver un partenaire.

La glissade en *crazy carpet* est également une de mes activités préférées. À mon chalet dans le Nord, je conçois chaque année un semblant de piste de bobsleigh avec mes amis sur laquelle on fait les fous à deux heures du matin.

J'ai déjà eu mon propre skidoo à 13 ans. Je n'ai parcouru qu'une distance de 12 pieds dans ma cour... en plein été. Le moteur de ma motoneige foutu, j'ai abandonné cette activité.

Propos recueillis par Claudine Hébert, collaboration spéciale



Yves Pelletier

de l'hiver est le patin à glace que l'on peut régulièrement pratiquer sur les trottoirs de la ville de notre cher maire Pierre Bourque.

J'ai déjà essayé de me tenir en équilibre sur une planche à neige. J'ai constaté qu'il s'agissait du meilleur moyen pour avoir plein de bleus partout.

C'est pourquoi la marche dans la neige demeure une de mes activités préférées. Il y a juste un problème. Je marche tellement longtemps que je dois absolument trouver un téléphone pour que quelqu'un vienne me chercher...

### Julie Snyder

■ En raison de mon émission de télévision quotidienne l'été, je pratique beaucoup plus de sports l'hiver. Depuis quelque temps, j'adore courir. Plus il fait froid, plus c'est plaisant. Habillée chaudement, walkman sur les oreilles, j'entame mon parcours de 2,7 km à tous les deux jours !

Je fais du ski alpin depuis l'âge de quatre ans. J'ai même déjà donné des cours à l'école de ski de la station Morin

Montagnes de plaisir

Les Laurentides,

Le cœur de Saint-Sauveur

Le Relais St Denis, c'est bien plus qu'un contact intime avec St-Sauveur et ses nombreuses découvertes

Au Relais St-Denis, tout est compris !

Le forfait « Journée Relais » pour deux

- 2 billets de ski
- Une nuit dans une spacieuse chambre de style victorien avec foyer
- Un petit déjeuner buffet

À partir de 170 \$ pour deux

Comme toujours, taxes, pourboires et sourires inclus !

À seulement 45 minutes de Montréal

61, rue St-Denis  
Saint-Sauveur-des-Monts (Québec) J0R 1R4  
Téléphone (514) 227-4766 Télécopieur (514) 227-8504



Club Tremblant  
Centre de Villégiature et de Congrès  
Resort and Conference Centre

À PARTIR DE 257<sup>00</sup>\$



La belle vie

La vie sauvage

- Centre de villégiature à 4 minutes des pentes en navette privée
- Fine cuisine, piscine intérieure, divertissement
- École de ski privée

Canada et E.-U. : 1 800 567-8341  
www.tremblant.com/clubtremblant

2 NUITS TOUT INCLUS:  
• 2 jours de ski à Tremblant  
• 2 nuits en condos spacieux  
• 2 petits-déjeuners  
• 2 soupers gastronomiques  
(Saison super-écono., tarifs p.p. basés sur occ. double dans un condo à 1 chambre à coucher)



## Tremblant FORFAITS SKI

2 journées de ski & 2 nuits d'hébergement à compter de

135\$ p.p.

6 journées de ski & 5 nuits d'hébergement à compter de

285\$ p.p.

Les prix incluent les billets de ski à Tremblant ainsi que l'hébergement dans un condominium avec foyer et cuisinette complète. Taxes applicables.

Condotel  
Du Village Tremblant

(514) 476-0957 (800) 567-6764



Hôtel du Sommet  
un endroit  
exceptionnel pour  
le ski de fond

- Hôtel de 72 chambres situé au sommet d'une montagne
- Cuisine gastronomique
- 130 km de pistes
- École de ski • Location de skis
- Promenade en traîneau
- Piscine & sauna • Piano bar
- Tennis intérieur à proximité

SEMAINE DE SKI	445\$ p.p. PAM
MINI VACANCES	249\$ (3 nuits - 5 repas)
FIN DE SEMAINE	168\$ (2 nuits - 3 repas)

Far Hills Inn  
Val' Morin, Québec  
J0T 2R0

de Montréal (514) 990-4409  
(819) 322-2014  
1-800-567-6636

# L'hiver à Montréal, du plaisir pour les petits et les grands

Sortir dehors et bouger ne signifient pas seulement aller promener Fido ou déneiger l'entrée. Se contenter de si peu serait bien dommage, car le Service des sports et loisirs de la Ville de Montréal (872-6211) offre toute une pléiade d'activités de plein air pour petits et grands.

Si Dame Nature le permet, c'est à partir du 20 décembre (jusqu'au 16 février) que les différents sites seront ouverts au public. Les sept pentes de ski, dont quatre sont munies de remonte-pentes, accueilleront les amoureux de la glisse (alpin, planches, télémark). Pour ceux et celles (enfants, adolescents, adultes) qui désirent s'initier ou se perfectionner, l'école de ski de l'Association régionale de ski alpin de Montréal (722-2551) offre des ses-

sions régulières ou intensives.

Les fondeurs, quant à eux, disposent de plus de 70 km de sentiers de ski de fond, répartis sur 9 sites. Les parcs Mont-Royal, Angrignon et Maisonneuve offrent, en plus, des sentiers pour le ski en pas de patin. Il est également possible de suivre un cours de ski de fond aux parcs Mont-Royal (722-2551) et Angrignon (872-3816).

À noter qu'au parc Angrignon, l'équipe du Centre d'animation du parc (CAPA) met tout en oeuvre afin que la famille vienne y célébrer la blanche saison. Les démonstrations de cerfs-volants, initiations à la



PHOTO BERNARD BRAULT, La Presse

**Des heures de plaisir à en oublier le froid!**

trottinette des neiges, promenades en carriole et parcours d'épreuves intérieurs au Fort Angrignon sauront vous faire vivre de joyeux week-ends.

Les amateurs de la glissade sur neige (toboggan) pourront

visiter pas moins de 14 endroits pourvus de buttes. Ceux qui préfèrent glisser sur 2 ou 4 lames profiteront de 172 patinoires extérieures, dont 73 patinoires pour les sports d'équipe, 64 pour le patinage libre dont 35 sont paysagées. Sans oublier les 21 arènes répartis dans la ville.

## Vieux-Port

Au Vieux-Port (496-PORT), la glace réfrigérée de la patinoire du Bassin Bonsecours (500 m) sera en opération dès le début du mois de décembre. Nouveauté cette année, on a figé dans la glace de la patinoire un bateau-restaurant où il sera possible de se réchauffer

sans avoir à retirer ses patins! Des promenades en traîneau tiré par des chevaux, permettront de longer le fleuve. Cette année encore (à partir du 11 janvier), la Fête des Glaces est de retour, avec pour thème *Vingt lieues sous les mers*, de même que le Village Sun Life, où installations de glace et jeux de neige émerveilleront petits et grands.

## Parc des Îles

Le parc des Îles, qui comprend l'île Sainte-Hélène et l'île Notre-Dame, offre une vaste palette d'activités hivernales pour toute la famille. Glissade de toute sortes, patin, raquette, ski de fond et promenade en calèche, sans oublier la célèbre Fête des Neiges (1er au 16 février), sont au rendez-vous. Très facile d'accès (métro Île Sainte-Hélène), le parc des Îles offre également, dès le début du mois de janvier, un service de location d'équipement (patins, cadenas, traîneaux, luges, etc.). Informations : 872-ILES.

## Parcs-nature

Les parcs-nature de la CUM (280-6700) vous transportent en pleine forêt. Avec près de 100 km de sentiers de ski de fond, des buttes pour la glissade et des équipes d'animateurs spécialisés, ces cinq parcs sont à découvrir.

## En banlieue...

À Laval, le Service des loisirs (662-4343) saura vous renseigner sur les nombreuses activités offertes, notamment le ski de fond (classique et patin), la glissade, le patinage libre, la marche, et la trottinette des neiges. Les sites de plein air se retrouvent au Centre de la nature (662-4942), au parc de la Rivière-des-Mille-Îles (662-1020), au bois Duvernay (661-1766), au bois Papineau (662-4901), ainsi qu'au parc des Prairies (662-4902).

Du côté de la Rive-Sud, la Ville de Longueuil (646-8666) entretient 20 patinoires extérieures et 42 ronds de glace. Toutes les activités organisées (cliniques de fartage, cours de ski de fond, initiation au patin à neige et à la planche à neige, jeu de nuit, etc.) se dérouleront au Parc régional (468-7619), où l'on retrouve un superbe réseau de sentiers de ski de fond totalisant 20 km.

LA PRESSE, MONTRÉAL, SAMEDI 30 NOVEMBRE 1996

S 9

Les Laurentides,



Un vrai paradis!

à partir de  
**108\$**  
par pers. + taxes

**INFORMATION**  
(514) 875-5555 (Montréal)  
1-800-567-6788 (Canada)

### FORFAIT INCLUANT:

- 2 nuits d'hébergement
- 5 repas
- animateurs des plus dynamiques
- halte-garderie pour les 1 an et plus\*
- 45 km de sentiers de ski de fond
- patinoire, glissade de jour et soirée, randonnée aux flambeaux, raquette, etc...

\*léger supplément pour les moins d'un an

**FORFAITS DE SKI ALPIN ÉGALEMENT DISPONIBLES**

Montagnes de plaisir!

Hôtel  
*La Sapinière*  
Val-David, Québec

Forfaits à partir de **105\$\***

- Forfait ROMANTIQUE
- Forfait SKI DE FOND
- Forfait SKI ALPIN
- Forfait SNEEZ

70 chambres redecorées • Cuisine raffinée • Prestigieuse cave à vin

- Pistes privées de ski de randonnée
- Centres de ski alpin à proximité de l'hôtel
- Patinoire, ballon balai, raquettes
- Location d'équipements (supplément)

\* Prix par personne et par nuit en occupation double incluant le PETIT DÉJEUNER et le SOUPER. Taxes en sus.

Ligne SANS FRAIS (800) 567-6635

(819) 322-2020  
(819) 322-6510



52442706



## SKI DE FOND

# Le répertoire des centres de la région de Montréal

### MONTREAL

#### Parc du Mont-Royal

Six sentiers : quatre pour le pas classique (1 km ; 2,2 km ; 5,3 km et 11,5 km) et deux pour le pas de patin (2,2 km et 12 km). (514) 872-2237.

#### Parc Maisonneuve et Jardin botanique

Parc Maisonneuve : un sentier pour le pas de patin (3 km) ; trois sentiers pour le pas classique (2 km, 3 km et 3,3 km). Gratuit. (514) 872-2237.

Jardin botanique : trois sentiers (1,2 km, 1,2 km et 3,5 km). Gratuit. (514) 872-1400.

#### Parc Angrignon

Trois sentiers, deux sentiers pour le pas classique (3 km et 4,5 km) et un pour le pas de patin (4,2 km). Gratuit. (514) 872-2237.

#### Les 5 parcs-nature

##### 1. Bois-de-l'Île-Bizard

20 km de sentiers, répartis en trois boucles. Gratuit. Frais de stationnement 3 \$. (514) 280-8517.

##### 2. Cap-Saint-Jacques

Le réseau de sentiers s'étend sur 27 km, découpés en quatre parcours de 2,3 km à 10,4 km.

Gratuit. Frais de stationnement 3 \$. (514) 280-6871.

##### 3. Bois-de-Liesse

22 km de sentiers. Quatre parcours variant de 3,7 km à 9,3 km. Gratuit. Frais de stationnement 3 \$. (514) 280-6729, 280-8706, 280-6678.

##### 4. L'Île-de-la-Visitation

Près de 8,5 km de sentiers. Trois parcours de 1,5 km à 3,5 km. Sentier pédestre 2,4 km. Gratuit. Frais de stationnement 3 \$. (514) 280-6733.

##### 5. Pointe-aux-Prairies

18,5 km de sentiers, répartis en quatre parcours de 1,4 km à 12,8 km. Sentier pédestre 3,1 km. Raquette 1,2 km. Gratuit. Frais de stationnement 3 \$. (514) 280-6691 ou 280-6688.

### LAVAL

#### Parc de la rivière des Mille-Îles

Quatre sentiers faciles, longueur totale 24 km, dont 10 réservés au pas de patin. Passe de saison 5 \$. 7 \$ pour les non-résidents. (514) 622-1020 (accueil), 622-2432.

#### Centre de la nature

5 km de sentiers, dont 2 réservés

au pas de patin. Gratuit. (514) 662-4942.

#### Bois Duvernay

Le réseau offre des parcours variant de 4,6 km à 16,5 km. Pas de patin 5 km. Passe de saison adulte 10 \$, 5 \$ pour enfants et âge d'or et 25 \$ pour la famille. (514) 662-4906.

### LA MONTÉRÉGIE

#### Parc régional de Longueuil

Six sentiers d'une longueur totale de 20 km. Pas de patin 1,5 km. Gratuit. (514) 468-7619.

#### Parc des Îles de Boucherville

Le ski de fond y est encore peu développé, cette activité se pratiquant, pour l'instant, sur les 7 km de sentiers de la piste cyclable (non entretenus) uniquement. Gratuit. (514) 928-5088.

#### Parc de conservation du mont Saint-Bruno

Réseau de 9 sentiers (4 faciles, 4 difficiles et un très difficile) d'une longueur totale de 29 km. Pas de patin, 3 km. Tarif : 4 \$\$ par voiture et 4 \$\$ par personne. (514) 653-7544 ou 653-7111.

#### Centre de conservation du mont Saint-Hilaire

3 sentiers pour le pas classique (un facile, un difficile et un très difficile) d'une longueur totale de 8,1 km. Aucun sentier de pas de patin. Tarif : 4 \$. (514) 467-1755.

#### Centre de plein air de Brossard

Réseau de 5 sentiers faciles pour le pas classique d'une longueur totale de 14,3 km. Gratuit. (514) 923-7020.

#### Centre de plein air Les Forestiers

Réseau de 9 sentiers, d'une longueur totale de 31 km pour skieurs intermédiaires. Les sentiers sont très larges et permettent le pas de patin sur une distance de 10 km. Tarif : 7 \$ ou maximum de 21 \$ par famille. (514) 452-4736.

#### Auberge Les Gallant

Réseau de 4 sentiers, dont 3 faciles et un difficile, d'une longueur totale de 9,9 km. Tarif : 7 \$. (514) 451-4961 (de Montréal), (514) 459-4241.

#### Parc municipal de Rigaud

30 kilomètres de sentiers nouvellement aménagés. Gratuit. (514) 451-4131 ou 451-4608.

### LAURENTIDES

#### Parc d'Oka

Réseau de 8 sentiers (5 faciles, 2 intermédiaires et 1 difficile) d'une longueur totale de 70 km. Pas de patin, 30 km. Tarif : 7 \$. Moins de 13 ans 3,50 \$. (514) 479-8337 ou 1-888-Parc-Oka pour extérieur de Montréal.

#### Parc du Domaine Vert

Le réseau, d'une longueur totale de 52 km, compte 13 sentiers et est divisé en 2 secteurs. La plupart des sentiers sont faciles. Pas de patin, 6 km. Tarif : 6,25 \$. (514) 435-6510.

### LANAUDIÈRE

#### Les sentiers de la Presqu'île

Réseau de 8 sentiers (6 faciles et 2 difficiles), d'une longueur totale de 40 km. Les chiens sont admis sur certains sentiers. Tarif : 6 \$. 5 \$ la semaine. (514) 585-8015 ou 585-0121.

#### Chez Ti-Jean ski de fond

Réseau de 7 sentiers (3 faciles, 3 difficiles et 1 très difficile) d'une longueur totale de 34 km. Pas de patin 6,2 km. Tarif : 6,50 \$. (514) 588-5980.

## Escapades de ski!

**Incluant :**

- hébergement
- petit-déjeuner et souper
- 2 journées de ski à Gray Rocks et Mont-Blanc
- accès au Spa / piscine intérieure
- activités après-ski
- frais de service.

**à partir de 99\$**  
Prix par personne, nuitée, occ. dbl.

**Programme de fin de semaine avec l'École de ski 69\$**

Des instructeurs hautement qualifiés et des plus sympathiques. une ambiance chaleureuse. une méthode qui a fait ses preuves... la réputation de l'École de ski Snow Eagle n'est plus à faire! Un programme pratique et de plus en plus populaire.

6 heures d'instruction, remontées mécaniques et location d'équipement pour deux jours. Garderie disponible.

**GRAY ROCKS**  
SKI • GOLF • TENNIS • SPA

Le centre de villégiature quatre saisons à Mont-Tremblant.

Condominiums disponibles

Renseignements / réservations : 1 800 567-6767

**MONT-BLANC**

## LE MEILLEUR SKI AU MEILLEUR PRIX!

*Nouveau! 2 Sous-bois double-losange*

**SKI • HOTEL • SPA**

**LUNDI au VENDREDI \$20\***

*\*Pas valide du 23 décembre 1996 au 3 janvier 1997*

**SPÉCIAL CONDO**

*À partir de \$90 p.p. occ. quad.(+taxes)*  
*2 nuits d'hébergement incluant 2 jours de ski*

**1-800-567-6715**



## PLONGÉE SOUS-MARINE

# Un trou dans la glace !

**YVES SÉGUIN**  
collaboration spéciale

Lorsque le temps des Fêtes arrive, le plongeur n'a qu'une idée en tête, celle de retrouver l'ivresse des profondeurs. Une fois le grand trou creusé dans la glace, le plongeur, attaché au bout d'un long câble, découvre alors un monde aquatique étonnant où l'eau est plus claire et plus limpide qu'en saison estivale, en raison du peu d'agitation qui y règne. C'est donc le moment propice à l'exploration d'une falaise, d'un surplomb rocheux ou d'une épave.

Tout cela est bien beau, mais c'est tout de même l'hiver avec ses grands froids à vous geler les os. « Oui et non. En fait, l'eau gelant à 0°C, elle ne peut donc être plus froide que cela. Les plongeurs y sont habitués car, même l'été, dès que l'on descend assez creux l'eau y est très froide. C'est l'avant, et surtout l'après plongée qui causent des problèmes de température. De là l'utilité d'un bon encadrement

sécuritaire, avec abri chauffé, moto-neige, personnes-ressources, etc. », raconte Christian Lacasse, de la Fédération québécoise des activités subaquatiques (252-3009).

### Encadrement

En ce qui concerne l'encadrement, il est important de mentionner que l'on ne s'improvise pas plongeur sous glace après une petite initiation « palmes-masque-tuba » au club de vacances ou à la piscine du coin. « La plongée sous glace est relativement accessible, mais elle s'adresse à ceux et celles qui ont reçu une formation de base, théorique et pratique, et qui sont à l'aise en plongée avec bouteilles », poursuit Christian Lacasse, expliquant que les plongeurs descendent généralement à une profondeur maximale de 15 mètres et ont un rayon d'action d'au plus 50 m.

À noter également que plusieurs cours d'initiation à la plongée, en piscine, sont offerts à partir du mois de janvier.

## ESCALADE SUR GLACE

# Pour se cramponner à l'hiver

Piolets aux mains, crampons aux pieds, la corde bien attachée au cuissard, le nez collé à cette immense paroi gelée, il ne manque plus qu'un ingrédient afin de s'éclater de bonheur; une petite dose de courage, de volonté. Car le plus difficile est effectivement de s'élancer, de plonger dans cet univers vertical.

Mais une fois les premiers pas accomplis, on s'étonne déjà de si bien tenir, de progresser allégrement. Les encouragements et les précieux conseils de notre moniteur (ou monitrice) permettent à notre corps de se détendre quelque peu, et à notre esprit de se concentrer davantage sur la technique de progression. Soudain, il fait déjà beaucoup plus chaud.

### De plus en plus populaire

L'escalade de glace fait de plus en plus d'adeptes au Québec. Et nul besoin d'être un sportif de haut niveau pour tenter l'expérience. Il suffit de suivre son rythme, d'apprendre et de progresser selon nos habiletés physiques. De toute façon, ce qui compte ce n'est pas le

temps que l'on met à parcourir la cascade de glace, c'est le décor féérique et l'ambiance trépidante qui nous entourent.

Un petit conseil cependant. Avant de vous lancer à l'assaut des cascades de glace de Shawbridge (Laurentides), des chutes Montmorency (Québec), ou de la célèbre Pomme d'Or (Charlevoix, 350 m), il est préférable de suivre un cours d'initiation. Un tel cours vous permettra de bien maîtriser les différentes manoeuvres de corde (assurage, descente en rappel, progression, etc.) et d'assimiler les règles de sécurité essentielles à ce sport de glace.

### Des écoles

Les cours d'initiation se donnent sur une ou deux journées. Compter autour de 75 \$ par jour (tout le matériel est fourni). Passe-Montagne, 1-800-465-2123; Roc & Glace, 363-3078; Action Plein Air 2001, 653-7730; L'Ascension, 1-800-762-4967; Fédération québécoise de la montagne, 252-3004.

Y.S.

**TREMBLANT**  
Mont-Tremblant, Québec

PAR SNOW COUNTRY MAGAZINE

LE RAPPORT QUALITE PRIX EST DE L'AMERIQUE DU NORD

# Vivez La Légende

L'hiver approche et vous rêvez de dévaler des pentes enneigées? Vous rêvez d'un village enchanteur, d'une table raffinée, d'un lit douillet? Vivre de rêves, c'est bien beau. Vivre la légende c'est mieux. C'est Tremblant. À vous de réserver.

306 \$

Trois jours et trois nuits.  
Demandez Julie au 1 800 461-8711.

\*Dans un studio-condominium Plaza St-Bernard, p.p., occ. double. Du 3 janv. au 13 fév. et du 16 au 27 mars. Taxes en sus. www.tremblant.ca



## SKI ALPIN

# Le répertoire des stations du Québec

### LAURENTIDES

Association touristique régionale (514) 436-8532, 476-1840 (de Montréal)

#### Mont-Tremblant

Mont-Tremblant ● 649 m

Onze remontées mécaniques, dont six ultra-rapides. 150 nouveaux canons à neige, ce qui porte leur nombre à plus de 550. 74 pistes. Aire de ski pour les débutants. Aire d'amusement conçue pour les enfants sur le Versant Sud; Deux parcs de planches à neige, agrandissement du parc du versant sud. Le billet de demi-journée est disponible à compter de 12h30. Adultes: 46 \$ (819) 425-8711, 1-800-461-8711.

#### Mont Blanc

Saint-Faustin ● 300 m

Hôtel de 46 chambres, restaurant, bar, centre sportif, piscine et spa. Pas de ski en soirée; les détenteurs d'une passe de saison peuvent néanmoins en faire au Mont-Habitant et à Gray Rocks. La station compte 35 pistes, 8 remontées. Deux nouveaux sous-bois pour experts et un parc de snowboard. Les prix: 30 \$ les fins de semaine; 20 \$ la semaine. Gratuit pour les moins de 5 ans et les 70 ans et plus. (819) 688-2444, (514) 476-1862 (Mtl), 1-800-567-6715

#### Ski Morin Heights

Morin Heights ● 200 m

Accent mis sur la famille. 22 pistes enneigées, 16 éclairées. Pistes sous-bois et conception d'une forêt enchantée pour les petits. Une école de 100 moniteurs. Grand magasin d'équipement! Centre de ski de fond important au village. Halte-garderie. Coût: 29 \$ pour une journée complète. Ski à l'heure à 5 \$ pour les jours de semaine et en soirée vendredi et samedi. (514) 227-2020, 1-800-661-3535.

#### Mont Saint-Sauveur et Mont Avila

Saint-Sauveur-des-Monts ● 213 et 185 m

Les Mont Avila et Mont Saint-Sauveur font partie de la famille Mont-Saint-Sauveur International, qui comprend également Ski Morin Heights, Mont-Gabriel, le Mont-Olympia et Jay Peak, au Vermont. Saint-Sauveur est aussi jumelé avec la Plagne, en France, depuis 10 ans. De la neige artificielle sur toute la surface skiable. Salles de réunion d'affaires. À deux pas, Saint-Sauveur bourdonne d'activités: 60 restaurants, des discothèques, des bars, des boutiques, des galeries... Une navette gratuite peut conduire les skieurs détenteurs d'un billet de jour au Mont Saint-Sauveur à toutes les autres stations du groupe.

Mont Saint-Sauveur: 29 pistes, 23 éclairées, 9 remontées, plus 300 unités d'hébergement en bordure des pistes. Ski en sous-bois. Parc éclairé pour la planche à neige. 33 \$. Semaine: 28 \$.

Mont Avila: 11 pistes, toutes éclairées. 3 remontées, dont une quadruple. Parc des neiges avec

rafting des neiges, sentiers de raquette et patinoire. Blocs de 4h. 26 \$, semaine: 15 \$.

Pour les deux stations: (514) 227-4671, (514) 871-0101, 1-800-363-2426 (Québec).

#### Le Chantecler

Sainte-Adèle ● 210 m

22 pistes, 13 éclairées. Neige artificielle sur la majorité de la surface skiable. Nouveau parc de planche à neige. Réaménagement du chalet. Investissements dans les remontées mécaniques. 30 \$. Semaine: 21 \$. Gratuit pour les enfants de moins de 5 ans. Iniski. Motoneige. Traîneau à chiens. Ski de fond sur 50 km (514) 229-3555, (514) 393-8884

Conditions: (514) 393-4573 (Mtl), 1-800-363-2420 (Hôtel).

#### Mont Olympia

Piedmont ● 197 m

La piste la plus abrupte des Basses-Laurentides. Très ensoleillée avec son exposition sud-ouest. Piste aménagée pour la planche à neige. 21 pistes, 17 éclairées. Neige artificielle sur presque toute la surface. Tarif de débutants, 6 ans et plus, 6 \$ par jour. Blocs de 4h. Prix: 29 \$, semaine: 20 \$. (514) 227-3523, 1-800-363-3696 (Mtl).

#### Mont Gabriel

Mont-Rolland ● 200 m

Une des stations préférées des skieurs de bosses. Aménagement d'un secteur de montagne strictement réservé aux planchistes. Accès 15 \$. 13 pistes éclairées. Neige artificielle. 8 remontées, dont deux quadruples. Bloc de 4 heures. 29 \$. Semaine: 19 \$; soirée: 19 \$. (514) 227-4671, 1-800-475-1106

#### Gray Rocks

Mont Tremblant ● 189 m

Hôtel de 185 chambres et 155 condos. Planche à neige permise en tout temps. On peut skier au Mont Blanc et à Habitant avec une passe de saison; passe spécifique pour Gray Rocks également disponible. 22 pistes. Pas de ski de soirée. 25 \$ (819) 425-2771, 1-800-567-6767.

#### Mont Christie

Saint-Sauveur-des-Monts ● 180 m

Première station du Québec qui s'adresse principalement aux planchistes. Deux demi-lune (100 m), deux parcs d'obstacles et plusieurs sauts. Sous-bois. Ouvert le week-end seulement et les jours fériés. 12 pistes, neige artificielle sur plus de la moitié de la surface. Pas de ski de soirée. 22 \$. Spéciaux familiaux. (514) 226-2412, 1-888-226-3630

#### Mont Alta

Val-David ● 178 m

22 pistes et un télésiège. Demi-lune. 22 \$ et spéciaux familiaux. (819) 322-3206.

#### Mont Sauvage

Val Morin ● 170 m

11 pistes et un sous-bois. Un demi-lune accessible à prix réduit (8 \$). 75 % des pistes sont recouvertes de neige artificielle. Halte-garderie gratuite. Pas de ski de soirée. 19 \$. Ski gratuit pour les moins de six ans. Ski à l'heure. Spéciaux familiaux. (819) 322-2337, 1-888-754-1116

#### Mont Habitant

Saint-Sauveur-des-Monts ● 167 m

Amélioration du système de fabrication de neige artificielle qui couvre toute la surface. Demi-lune et parc pour la planche à neige. Neuf pistes éclairées jusqu'à 23h le vendredi et le samedi, jusqu'à 22h30 les autres jours. Une piste pour enfants. Bloc de 4 heures. 27 \$. Semaine: 20 \$. Spéciaux familiaux. (514) 227-2637, (514) 393-1821 (Mtl).

#### L'Avalanche

Saint-Adolphe-d'Howard ● 165 m

Neuf pistes. Pas de ski de soirée. 22 \$. Fermé la semaine. Halte-garderie gratuite pour les détenteurs d'abonnement de saison. Gratuit pour les enfants âgés de moins de 5 ans et les personnes de plus de 70 ans. (819) 327-3232

#### Belle Neige

Val-Morin ● 157 m

Nouveau parc de planche à neige. Hébergement au pied des pentes. Halte-garderie. 14 pistes. 26 \$. Semaine: 13 \$. On peut skier dans dix autres stations avec une passe de saison. Billet remis si le client n'est pas satisfait des conditions. (819) 322-3311, (514) 476-9915 (Mtl).

#### Mont Daniel

St-Aimé-du-Lac-des-Îles ● 144 m

Hébergement sur place, salle à manger dans le chalet principal, glissades sur chambres à air. 17 pistes. Ouvert sept jours. Pas de ski de soirée. Parc pour planche à neige. 18 \$. Semaine: 14 \$. (819) 597-2388.

#### Centre municipal

de ski 4080

Sainte-Adèle ● 110 m

Six pistes. Nouvelle piste sous-bois pour expert. Nouvel équipement d'entretien. Compétitions chaque dimanche pour tous les types de skieurs. Spécial familial: 350 \$ par saison pour un couple et trois enfants. 17 \$. Semaine: 7 \$. Ouvert à compter du 16 déc. (514) 229-2700.

#### Côte Parent

Saint-Jérôme ● 25 m

Fermé pour la saison 1996-1997. (514) 436-1511.

#### LANAUDIÈRE

Association touristique régionale (514) 834-2535 ou 1-800-363-2788

#### Mont Garceau

Saint-Donat ● 305 m

16 pistes. Neige artificielle sur 90 des pistes. Sous-bois. Tous les services incluant garderie (bar, cafétéria, école de ski). Parc et demi-



PHOTO BERNARD BRAULT. La Presse

### Le ski, ce n'est pas juste pour les parents !

lune pour planche à neige. Ski de randonnée pas de patin sur 16 km Nouveau sentier de 4km Pas de ski de soirée. 29 \$, semaine 22 \$, 13 \$ les mercredis. (819) 424-2784 ou 1-800-Garceau.

#### Val Saint-Côme

Saint-Côme ● 300 m

Aménagement d'un sous-bois pour enfant. La station accepte le surf des neiges sur toutes ses pistes. 21 pistes, dont 5 éclairées. Parc de planche à neige. Auberge de 30 chambres avec piscine, salle de conférence. Condos au pied des pentes. 29,50 \$. Semaine: 23,50 \$. (514) 883-0701, 1-800-363-2766

#### Mont Trinité

Saint-Michel-des-Saints ● 139 m

Fermé pour la saison 1996-1997.

#### Mont Pontbriand

Rawdon ● 137 m

Fermé pour la saison 1996-1997

#### Ski Montcalm

Rawdon ● 139 m

20 pistes, 8 remontées. Demi-lune. Parc de planche à neige. Bloc de 2h et de 4 h. 24 \$, semaine, 16 \$. (514) 834-3139.

#### QUÉBEC

Association touristique régionale (418) 522-3511.

#### Mont-Sainte-Anne

#### Beaupré ● 625 m

51 pistes, 12 remontées et la plus importante dénivelée au Canada pour le ski de soirée. 41 \$. Réaménagement du chalet et de la cafétéria. Quatre nouveaux véhicules d'entretien. Un centre de ski de randonnée unique: 225 km de sentiers, dont 125 aménagés pour pas de patin, refuges, auberge, salle de fartage, école... Parc de planche à neige, patinoire, traîneau à chiens, parapente, cerf-volant à traction, centre pour enfants de 6 mois et plus. Programme pour personnes handicapées. Gratuit 70 ans et plus. (418) 827-4561. conditions (514) 861-6670 (Mtl), (416) 597-1788 (Tor.). Réservotel: 1-800-463-1568.

#### Stoneham

Stoneham ● 420 m

25 pistes, un chalet modèle. Nouvelle piste de bosses et à larges vallons. Surf des neiges sur toutes les pistes. Agrandissement du parc de planche à neige. Réaménagement de la cafétéria. Piano-bar. 36 \$. Tarifs pour la famille et blocs de 3 ou 4h. Carte Stoneham offerte. Animation. (418) 848-2411, 1-800-463-6888. Conditions: (418) 848-2415, (514) 434-9215

Voir RÉPERTOIRE en S13

## Les tendances 1996-1997

Tout comme l'an dernier, on dénote peu d'augmentation dans les prix des billets: les tarifs restent stables et sont même à la baisse dans quelques stations.

De plus, plusieurs stations ont amélioré leur capacité d'enneigement ainsi que leur équipement d'entretien des pistes.

Selon le directeur de l'Association des stations de ski du Québec, Claude Péloquin, les consommateurs assistent au

phénomène de la création de pentes thématiques. Ainsi, presque toutes les stations possèdent leur parc de planche à neige. Certaines aménagent même des parcs à obstacles pour skieurs, question de satisfaire les plus téméraires.

Les aménagements de pistes sous-bois et de pentes pour permettre la glissade sur chambres à air continuent aussi de gagner en popularité. C.H.



## SKI ALPIN

### RÉPERTOIRE / Suite de la page S12

#### Le Relais

**Lac Beauport ● 224 m**  
Célèbre son 60e anniversaire cette année. À 14 km du centre-ville de Québec. Tarifs à l'heure. 25 pistes, toutes enneigées artificiellement et éclairées. Planche à neige acceptée sur toutes les pistes. 25 \$. (418) 849-1851.

Conditions : (418) 849-SKIS.

#### Mont Saint-Castin

**Lac Beauport ● 175 m**  
Tapis roulant sous les remontées au pied des pentes. Deux demi-lunes. 16 pistes, donc 90 % sont enneigées artificiellement, 11 éclairées. Tous les vendredis soir de janvier, les femmes sont admises gratuitement. Même chose pour les hommes en février. *Snowjam* tous les jeudis. 14 \$, 9 \$ pour la soirée. Prix spéciaux pour moins de deux heures. (418) 849-1893.

Conditions : (418) 849-9999.

#### Centre de ski

##### Saint-Raymond

**Saint-Raymond ● 95 m**  
Sept pistes, deux éclairées. Parc pour planches à neige. 10 \$. Glissades sur chambres à air. 6 \$. Deux sentiers de ski de fond. (418) 337-2866.

##### Centre de ski de Sainte-Foy

**2150, rue Chapedelaine ● 30 m**  
Fermé pour la saison 1996-1997

#### CHAUDIÈRE-APPALACHES

Association touristique régionale (418) 831-4411

##### Massif du Sud

**Saint-Philémon ● 400 m**  
18 pistes, dont 16 enneigées artificiellement. Douze condos et trois chalets à louer. Refuge au sommet. 16 \$. 15 km de sentiers de randonnée. Parc de planche à neige. Réaménagement du chalet et amélioration des systèmes d'enneigement. (418) 469-3676.

Conditions : (418) 469-3574.

##### La Crapaudière

**Saint-Malachie ● 290 m**  
Dix-huit condos à louer. 12 pistes, 4 éclairées, 2 sous-bois. Parc de planche à neige. Parc d'amusement pour enfants. Toutes les pistes sont enneigées artificiellement. 16 \$ en tout temps. (418) 642-5171.

##### Mont Original

**Lac-Etchemin ● 296 m**  
Télésiège six places débrayable. Réaménagement du chalet. 15 pistes, dont six éclairées; deux en sous-bois. 26 chalets au beau milieu du domaine skiable. Demi-lune. Piste à bosses. Parc de planche à neige, glissade sur chambres à air, 40 km de sentiers de ski de fond. 16 \$. 8 \$ en soirée (418) 625-1551.

Note: l'achat d'un abonnement de saison dans l'une des trois stations Massif du Sud, La Crapaudière ou Mont Original donne accès aux pistes des deux autres montagnes en semaine.

##### Grande Coulée

**Saint-Paul-de-Montminy ● 353 m**

Célèbre son 10e anniversaire. Parc de planche à neiges. 28 pistes de ski. Pas de neige artificielle ni de ski de soirée. Sentier de motoneige. Glissade sur chambres à air améliorée. 14,50 \$. (418) 469-3453 ou 1-800-463-5643.

##### Centre de ski de Saint-Georges

**2800, 107e Rue ● 98 m**  
Glissade sur chambres à air. 7 pistes, toutes enneigées artificiellement, 3 éclairées. Amélioration du parc de planche à neige. Prix familiaux. 9 \$. (418) 228-8151.

##### Centre de ski de Lauzon

**65, rue Mgr Bourget ● 57 m**  
Idéal pour la famille et les débutants avec sa pente école. Resto, bar, terrasse... 5 pistes. Cliniques de ski, cours de planche à neige. 7 \$ adultes, 5 \$ enfant. Glissade sur chambres à air 4 \$ adultes, 3 \$ enfants. (418) 838-4983.

#### ESTRIE

Association touristique régionale (819) 820-2020; 1-800-263-1068

##### Station touristique

##### du Mont Orford

**Magog ● 540 m**  
Centre de chronométrage permanent. Quatre versants sur trois montagnes, tout près de Magog. Remontées gratuites pour les 5 ans et moins... et les 70 ans et plus. Surf autorisé partout. Parc de plan-

che à neige. Bosses et ski avancé pour ados. Nouveau sous-bois. Journées familiales et parc extérieur pour enfants. 41 pistes, village de condos près des pistes. Doubler la surface de glissade sur chambres à air, patinoire. Journée complète: 33 \$. Bloc de 2 et 3,5 heures. Carte Orford (rabais sur billet de ski).

(819) 843-6548, (514) 878-1411 (Mtl). Conditions: 1-800-567-2772. Réservations condos: 1-800-567-7315, 1-800-361-6548

##### Owl's Head

**Mansonville ● 540 m**  
Augmentation de la capacité de fabrication de neige. Admission gratuite pour les enfants de moins de 5 ans. Parc de planche à neige. Une grande auberge et 23 appartements — une, deux ou trois chambres à coucher. 23 condos à louer. 27 pistes. Pas de ski de soirée. 30 \$. Prix étudiants. Glissade sur chambres à air, patinoire, halte-garderie, ski à l'heure, passeport Owl's Head. (514) 292-3342, (514) 878-1453 (Mtl).

##### Mont Sutton

**Sutton ● 460 m**  
Un aménagement en sous-bois, unique en Amérique du Nord. Le surf des neiges est autorisé sur toutes les pistes. 53 pistes et sous-bois. Nouvelle piste sous-bois particulière pour experts. 4 chalets de ski sur la montagne. 39 \$. Ski à

l'heure. Prix pour les juniors. Programme Iniski et Inisurf. (514) 538-2545, (514) 866-5156 (Mtl). Conditions: (514) 866-7639.

##### Station de ski

##### Bromont

**Bromont ● 405 m**  
À 45 minutes de Montréal, Bromont est la seule des grandes stations de l'Estrie qui offre du ski de soirée. 22 pistes, éclairées à 75 % et enneigées artificiellement. Quelques sous-bois. Parc de planche à neige, demi-lune. Nouveaux locaux de garderie et animation. La station garantit ses conditions. 32 \$; 19,99 \$ le soir. (514) 534-2200, (514) 866-4270 (Mtl).

##### Mont Glen

**Bolton-Ouest ● 335 m**  
Un véritable centre hivernal, avec ses pistes pour glissade sur chambres à air, ses sentiers de ski de fond et de raquette. Réaménagement du chalet. 26 pistes. Mini-parcs de planche à neige éparpillés sur la montagne. 25 \$. Semaine: 15 \$. (514) 243-6142.

##### Mont Adstock

**Thetford Mines ● 335 m**  
16 pistes. Ouvert du jeudi au dimanche sauf congé scolaire. Pas de ski de soirée. Parc de surf des neiges, halte-garderie, enneigement artificiel sur 80 % des pentes. Passe familiale. 22 \$ (418) 422-2242.

##### Mont Shefford

##### Granby ● 305 m

14 pistes, neige naturelle seulement. Agrandissement du parc de planche à neige et demi-lune. Sous-bois. Ouvert le jour seulement. 23,50 \$. Semaine: 18 \$. (514) 372-1550.

##### Montjoye

**North Hatley ● 192 m**  
18 pistes, la plupart sont éclairées et enneigées artificiellement. 20 \$. (819) 842-2447.

##### Centre de ski Mégantic

**Lac-Mégantic ● 45 m**  
4 pistes éclairées. Glissade sur chambres à air. Nouveau parc de planche à neige. (819) 583-3969.

##### Base de plein air

**Mont Bellevue Sherbrooke ● 81 m**  
Six pistes éclairées. Amélioration du système de neige artificielle ainsi que nouveaux équipements d'entretien. Signalisation sur les pistes de ski de randonnée. 8 \$. 12 \$ non-résidents. (819) 565-8626.

#### MONTÉRÉGIE

Association touristique régionale (514) 674-5555

##### Mont Rigaud

**Rigaud ● 120 m**  
Huit pistes et une demi-lune pour le surf des neiges. Ski de soirée et neige artificielle. 23 \$. Tarification à l'heure. (514) 451-5316.

Voir RÉPERTOIRE en S14



# Bromont

La destination où tous les plaisirs d'hiver sont assurés!

**Forfait Plaisirs d'hiver**

**Incluant : 2 nuits d'hébergement + 2 petits déjeuners + 1 journée de ski illimité (jour et soirée) + 1 activité au choix (ski de fond, patinage, glissade sur tube, raquette avec équipement, équitation)**

\*Tarifs par personne en occ. double, taxes et services en sus / Tarifs spéciaux pour enfants

**22 pistes travaillées à la perfection**

- Un parc de Surf des Neiges
- Le seul ski de soirée dans les Cantons de l'Est
- Du plaisir assuré pour les enfants grâce à l'École de ski et à la garderie
- Une garantie\* de skier dans des conditions optimales

\*Satisfaction garantie\* ou l'on vous remettra un billet pour votre prochaine visite

Info: (514) 534-2200 ou sans frais de Montréal 866-4270



**125 \$**

Piscine intérieure  
Chambres de luxe et V.I.P. disponibles avec baignoire à remous et foyer.  
125, boul. Bromont 1 800 461-3790



**129 \$**

GLISSADE SUR TUBE  
REMONTÉE MÉCANIQUE

Reconnue pour son site enchanteur, sa vue magnifique, son service hors-pair et la qualité de sa table.  
95, rue Montmorency 1 888 BROMONT



**100 \$**

Centre de vacances doté de 49 chambres réparties dans 4 chalets  
Restauration, ski de fond, glissade sur tube, etc.  
319, chemin Lac Gale 1 800 363-8952



**153 \$**

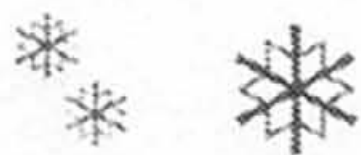
Piscine intérieure, saunas, bains tourbillon intérieur et extérieur, squash, racquetball, etc.  
90, rue Stanstead 1 800 304-3433  
www.marketingnet.ca/chateau

À SEULEMENT 45 MINUTES DE MONTRÉAL / AUTOROUTE 10 • SORTIE 78

Pour informations : Tourisme Cantons-de-l'Est Estrie 1 800 355-5755

Adresse Internet : <http://www.tourisme-estrie.qc.ca>



## SKI ALPIN

**RÉPERTOIRE / Suite de la page S13**

### Mont Saint-Bruno

**Saint-Bruno ● 130 m**

Une école de ski de 240 moniteurs. 2 versants. 14 pistes, dont 2 remodelées. Elles sont toutes enneigées artificiellement et éclairées. Location d'équipement. Réaménagement du chalet. Enseignement du télémark. 25 \$. Enfants de 6 à 12 ans, 20 \$. Tarif à l'heure. (514) 653-3441.

### OUTAOUAIS

Association touristique régionale (819) 778-2222, 1-800-265-7822

### Mont Sainte-Marie

**Lac-Sainte-Marie ● 381 m**

Du ski sur deux montagnes et 46 chambres en condos au pied des pentes. 20 pistes, trois nouvelles pistes, dont deux sous-bois. Pas de ski de soirée. Parc de planche à neige. Jardins de vagues, bosses. 29,95 \$, 2 pour 1 le mardi, 24,95 \$ les mercredi et jeudi. (819) 467-5200, 1-800-567-1256.

### Vallée Edelweiss

**La Pêche ● 200 m**

Le bar est un solarium Patinoire. Iniski. 18 pistes, toutes enneigées artificiellement, 12 éclairées. Demi-lune de 300 m et parc de planche à neige. Bosses. Réaménagement de la salle à manger. 30 \$. (819) 459-2328.

### Ski Fortune

**Old Chelsea ● 195 m**

18 pistes, 16 éclairées et enneigées artificiellement. Amélioration du système d'enneigement. 5 remontées. Parc de planche à neige. Location de planche et de ski parabolique neufs. Aménagement d'un jardin d'enfants. Livret de six jours pour le prix de cinq. Adultes: 27 \$; enfants 11 à 17, 22 \$. Autres prix. (819) 827-1717.

### Vorlage

**La Pêche ● 138 m**

15 pistes, 7 éclairées. Sous-bois. Planchistes acceptés. Neige artificielle. Bloc de 4 heures. École de ski. 27 \$. (819) 459-2301.

### Mont Cascades

**Cantley ● 160 m**

En raison du 25<sup>e</sup> anniversaire de la saison, le ski est gratuit pour les écoles le jour. Pistes pour intermédiaires. Neige artificielle sur les 14 pistes, dont 11 éclairées. Deux nouvelles pistes. Planche à neige. Ski à l'heure. Glissades. Forfait minime, huit semaines, 370 \$ incluant petit déjeuner, transport, etc. Gratuit pour les moins de 6 ans. 26 \$. (819) 827-0301.

### Lac de l'Argile

**N.-D.-de-la-Salette ● 128 m**

6 pistes, dont une nouvelle en sous-bois. Neige artificielle sur toutes les pentes, pas de ski de soirée. Nouveau parc de planche à neige. Glissade sur chambres à air (avec remonte-pente). 16 \$. (819) 766-2626.

### Lac des Fées

**Hull ● 30 m**

Ouvert pour glissade seulement. (819) 595-7400.

### COEUR-DU-QUÉBEC (Mauricie-Bois-Francs)

Association régionale touristique (819) 375-1222; 1-800-567-7603

### Mont Gleason

**Tingwick ● 185 m**

8 pistes, 3 éclairées. Parc et demi-lune pour planche à neige. 22 \$. L'achat d'un billet de jour donne un billet pour ski de soirée. (819) 359-2300; conditions: (819) 359-2300.

### Vallée du Parc

**Grand-Mère ● 168 m**

15 pistes, 10 éclairées. Nouvel équipement d'entretien. 46 km de sentiers de ski de fond entretenus. 80 % des pistes enneigées artificiellement. Parc de neige avec demi-lune remodelée. Conception d'un snake trail exclusif aux planchistes. 50 planches en location. 20 \$. Semaine 17 \$. (819) 538-1639.

### Centre municipal de ski

**La Tuque ● 148 m**

12 pistes, 10 éclairées dont l'extrême. Enneigement artificiel. Un T-bar et un télésiège. École de ski. Parc éclairé pour la planche à neige et glissade sur chambres à air avec remonte-pente. Fermé le lundi et mardi. Mercredi à vendredi: de 13h à 16h; de 19h à 22h. Samedi: de 9h à 16h et de 19h à 22h. Dimanche: 9h à 16h. 20,50 \$. Étudiant, 16,50 \$. Prix pour demi-journée. (819) 523-4422.

### Mont-Carmel

**Mont-Carmel ● 106 m**

11 pistes. 18 \$. Semaine 13 \$. Ski de soirée et neige artificielle sur cinq pistes. 7 km de sentiers pour le ski de randonnée. Deux demi-lunes pour la planche à neige. Nouveau: patinoire et glissade sur chambres à air. (819) 374-4534.

### Val-Mauricie

**Shawinigan-Sud ● 100 m**

Six pistes, 15 km de sentiers de ski de fond, glissades sur pneumatiques. Remonte-pente. Nouveau parc de planche à neige. Week-end seulement. 8 \$. (819) 537-8732.

### CHARLEVOIX

Association touristique régionale (418) 665-4454; 1-800-667-2276.

### Le Massif

**Petite Rivière St-François ● 770 m**

20 pistes, plusieurs améliorées. Nouvelle piste sous-bois (5 hectares). Neige artificielle sur plus de 40 % des pistes. Restructuration de l'école de ski. Fermé le soir. 31,75 \$. Signalisation en montagne. Informations: (418) 632-5876.

### Mont Grand-Fonds

**La Malbaie ● 335 m**

14 pistes, 160 km de sentiers de ski de randonnée. Nouvelle piste de pas de patin. Parc de planche à neige. Trois pistes de toboggan. Pas de planche à neige. 24 \$. (418) 665-0095

### SAGUENAY-LAC- SAINT-JEAN CHIBOUGAMAU

Association touristique régionale (418) 543-9778 ou 1-800-463-9651

### Mont Édouard

**Anse Saint-Jean ● 455 m**

Gérée par une coopérative. 22 pistes et 15 km de sentiers de ski de fond. Nouvelle piste de sous-bois. Pente à bosses. Glissade sur chambres à air et patinoire. 25 \$. (418) 272-2927.

### Le Valinouët

**Saint-David-de-Falardeau ● 350 m**

Gérée par une coopérative. 24 pistes. Nouveau parc de planche à neige et stationnement pour motoneiges. 40 km de sentiers de ski de fond. Restaurant gastronomique dans le chalet; 16 condos et 125 chalets au pied des pentes. Sur neige naturelle, deux versants. 25 \$. (418) 673-6455.

### Mont Lac Vert

**Hébertville ● 240 m**

Nouvelle gestion. 15 pistes, dont cinq éclairées et deux en sous-bois. Pente école. Deux télésièges. Bloc de 3 heures. 20 \$. Nouveau parc de skieur. Parc pour planche à neige avec demi-lune. (418) 344-4000

### Mont Bélu

**La Baie ● 175 m**

Neuf pistes, dont deux éclairées. Demi-lune pour la planche à neige. 15 \$. (418) 697-5090.

### Mont Fortin

**Jonquière ● 100 m**

Huit pistes, six éclairées. Toutes enneigées artificiellement. Pente à bosses. Demi-lune et parc pour la planche à neige. Glissade sur chambres à air. 11,25 \$; demi-journée, 9 \$. (418) 546-2170; fax, 546-2169.

### Mont Chalco

**Chibougamau ● 88 m**

Deux versants, 11 pistes, cinq éclairées. Demi-lune pour planche à neige. Nouveau parc de skieur 25 km de sentiers de ski de fond. 14 \$. Soirée: 11 \$, étudiants 9 \$. (418) 748-7162.

### Tobo-Ski

**Saint-Félicien ● 66 m**

Six pistes, toutes éclairées. Neige artificielle sur cinq pentes. Parc pour planche à neige. 12 \$. En soirée sur semaine 7 \$. Glissade sur chambres à air, avec remontée mécanique. (418) 679-5243.

### Mont Villa Saguenay

**Alma ● 53 m**

Situé au centre-ville. Deux remontées mécaniques. Neige artificielle. Cinq pistes éclairées. Amélioration des installations pour planche à neige. 10 \$, 8 \$ pour étudiants. (418) 668-3473.

### Do-Mi-Ski

**Mistassini ● 49 m**

Six pistes, toutes éclairées. 15 km de sentiers de ski de fond. 10 \$. Réaménagement du parc pour la planche à neige et de la glissade sur chambres à air. (418) 276-4664.

### Mont Bleu

**Saint-Ambroise ● 43 m**

Une piste pour le ski et trois pour la glissade sur chambres à air (cor-



PHOTO BERNARD BRAULT, La Presse

### Toi, as-tu l'intention d'aller aux Jeux olympiques ?

ridor de 260 m avec remonte-pente). Toutes éclairées. Ouvert les vendredis, samedis et dimanches. Adulte 6 \$ et enfant 5 \$. (418) 672-4222.

### BAS-SAINT- LAURENT

Association touristique régionale (418) 867-1272; 1-800-563-5268

### Mont Comi

**Saint-Donat-de-Rimouski ● 306 m**

21 pistes, dont une en sous-bois; hébergement au sous-sol du chalet. Pas de ski de soirée. 24 \$. Parc pour planche à neige. 25 km de sentiers de ski de fond. (418) 739-4858; conditions: (418) 739-4066.

### Mont Saint-Mathieu

**Saint-Mathieu ● 200 m**

Gérée par une coopérative. 14 pistes, dont une nouvelle piste de bosses. Aucune éclairée. Sous-bois. Réaménagement du parc pour la planche à neige. Sept kilomètres de sentiers de ski de fond. 20 \$. Sentiers pour la raquette. Glissade sur chambres à air et escalade. (418) 738-2299

### Val Neigette

**Sainte-Blandine ● 177 m**

À dix minutes de Rimouski. 16 pistes, 10 éclairées et deux en sous-bois. Parc de planche à neige et demi-lune. 32 km de sentiers aménagés pour le patin et le pas alternatif. Une pente à bosses, à obstacles et une pente école pour les débutants. Glissade sur chambres à air (remonte-pente). 24 \$; semaine, 22 \$; soirée, 10 \$. Carte de saison (soirée) à 95 \$. (418) 735-2800; conditions: (418) 735-2161.

### Mont Biencourt

**Biencourt ● 185 m**

Système de départ électronique. Planche à neige acceptée. 11 pistes. 13,79 \$. Neige naturelle, pas de ski de soirée. Nouveau: sous-bois hors piste pour experts, sentier de randonnée. (418) 499-2445.

### Côte des Chats

**Saint-Pacôme ● 134 m**

Six pistes, 4 éclairées, enneigement artificiel. La semaine, ski de soirée seulement. Week-end, de 9h à 16h. 14 \$. Étudiants moins de 18 ans, 12 \$. Ski de soirée: 10 \$; étudiants, 8 \$. (418) 852-2430 ou 852-2356.

### Mont Citadelle

**Saint-Honoré ● 120 m**

Nouveau propriétaire. Huit pistes, deux éclairées. Parc de planche à neige et demi-lune. Garderie, bar, resto. Glissade sur chambres à air. Deux télésièges doubles. 13 \$. (418) 497-2431.

### Centre de plein air

**familial Richelieu**

**Cabano ● 38 m**

Deux pistes, une demi-lune pour la planche à neige, ski de randonnée, un anneau de glace au pied des pentes. 8 \$. (418) 854-3782.

### GASPÉSIE

Association touristique régionale (418) 775-2223

### Pin Rouge

**New-Richmond ● 450 m**

Administrée par une coopérative. 16 pistes. Enneigement artificiel. 30 km de sentiers de ski de fond (pas de patin accepté). Parc de planche à neige. Réaménagement de la pente école. Glissade sur chambres à air. 25 \$, enfant, 16 \$. Prix spéciaux pour les membres. Prix spéciaux pour demi-journée. 25 % pour les non-résidents de la région. (418) 392-6091.

### Centre Amusement Béchervaise

**Gaspé ● 280 m**

La station la plus à l'est. 13 pistes. Pente en demi-lune pour la planche à neige. Descente sur chambres à air. 18,75 \$. Étudiants: 13 \$. Piste de ski de fond intermédiaire et sentier de motoneige. Nouveau relais de motoneige au sommet de la montagne. Remontée en chenillette pour atteindre les sentiers de ski de fond au sommet. (418) 368-1457; fax, 368-6529; conditions, 368-1126.

Voir RÉPERTOIRE en S15

## SKI ALPIN

### RÉPERTOIRE / Suite de la page 514

#### Val d'Irène

Sainte-Irène ● 274 m

Gérée par la municipalité. 15 pistes. Neige naturelle, pas de ski de soirée. Parc de planche à neige et demi-lune. 20 condos, 5 chalets et 8 dortoirs au pied des pentes. Glissade sur chambres à air, éclairée, avec remonte-pente. Anneau de glace. Location de motoneige avec guide. Aussi, 15 km de sentiers de ski de fond pour le patin et le pas alternatif. 17 \$.

(418) 629-3450 et 629-3550 (fax); conditions: (418) 629-3101.

#### Mont-Castor

Matane ● 185 m

14 pistes. Réaménagement du parc de planche à neige. 20 \$. (418) 562-1513.

#### Centre de plein air

Cap-Chat ● 196 m

Sept pistes, dont une en sous-bois et une pour la planche à neige. Trois éclairées. 12,75 \$. Soir, 9,75 \$. Ouvert les vendredis, samedis et dimanches. (418) 786-2388.

#### Petit Chamonix

Matapédia ● 150 m

Huit pistes, dont une demi-lune (120 m) pour la planche à neige. Cette demi-lune est éclairée de même que quatre pistes. Réaménagement de la piste familiale. Ski les vendredis, samedis et dimanches et jours fériés. Ski de soirée les vendredis et samedis. 15 \$; étudiants, 13 \$; soirée, 8 \$. (418) 865-2105.

#### Restigouche

Pointe-à-la-Croix ● 217 m

Petit village tout près du Nouveau-Brunswick. 11 pistes non éclairées. Nouveau parc de planche à neige. Télésiège double. 22 \$. (418) 788-2221.

#### DUPLESSIS

Association régionale touristique (418) 962-0808

#### Gallix

Gallix ● 185 m

22 pistes, 7 éclairées. Parc de planche à neige et ajout d'une demi-lune. 25 \$. Rabais pour demi-journée. (418) 766-5900; conditions (418) 766-4372.

#### MANICOUAGAN

Association touristique régionale (418) 589-5319

#### Mont Tibasse

Baie-Comeau ● 125 m

Enneigement artificiel. Télésiège quadruple. 10 pistes, 7 éclairées. Demi-lune pour planchistes. Pente pour le toboggan. Halte-garderie les fins de semaine. Glissade sur chambres à air. 20 \$. (418) 296-8311; conditions (418) 296-8312.

#### ABITIBI-TEMISCAMINGUE

Association touristique régionale (819) 762-8181

#### Mont Kanasuta

Arnfield ● 147 m

10 pistes, 4 éclairées. Nouveau sous-bois et parc de planche à neige. Demi-lune. 21 \$. Semaine: 17 \$. (819) 279-2331.

#### Mont Vidéo

Barrault ● 107 m

Piste à bosses pour experts. Parc de planche à neige. 14 pistes, 4 éclairées. 23 motels. Neige artificielle. Nouvelle patinoire et sous-bois pour experts. 23 \$. Ski de fond, 10 km, gratuit. (819) 734-3193.

#### Centre de ski de

Val-d'Or

Val-d'Or ● 61 m

La location de skis. Trois pistes. Passe quotidienne, 8 \$. Location, 6 \$. (819) 874-3949 ou 824-1333, poste 273.

## 32 799 km de nature

Même s'il est méconnu en région urbaine, le sport de la motoneige ne cesse de gagner en popularité. Dans les faits, c'est pas moins de 160 000 adeptes, au sein de 257 clubs organisés et répartis en 13 régions, qui s'aventureront sur les quelque 32 799 km de sentiers et assureront à l'économie du Québec des retombées de l'ordre de 566 millions de dollars.

#### Infrastructure colossale

Il revient à la Fédération des clubs de motoneigistes du Québec (F.C.M.Q.), créée il y a 22 ans, tout le mérite d'avoir su développer le sport sur le territoire de la province. Dans le quotidien, l'organisme peut compter sur 4000 bénévoles responsables de l'entretien des sentiers et de l'organisation d'activités sociales, car le sport de la motoneige devient vite le beau prétexte à des rencontres entre passionnés.

## MOTONEIGE

Vous comprenez bien qu'en pleine forêt, la zizanie pourrait bien laisser peu de place à la détente. Avec les engins actuellement disponibles sur le marché, les sentiers, sans la surveillance des 2000 officiers de sécurité, deviendraient rapidement la chasse-gardée des casse-cou. Les officiers ont pour mandat la surveillance de la pratique sécuritaire du sport et l'application des divers règlements.

Parlant de règlements, assurez-vous d'avoir tous les documents obligatoires avant de partir en randonnée, à savoir le certificat d'immatriculation de votre motoneige, votre permis de conduire, une preuve d'assurance-responsabilité et surtout, un droit d'accès de la

F.C.M.Q., disponible dans les divers clubs. Il est préférable de se procurer ce document quelques jours avant le départ afin d'éviter tout désagrément de dernière minute. Les tarifs sont de 125 \$, pour une année, 100 \$ pour un laissez-passer hebdomadaire (7 jours consécutifs) et de 35 \$ par jour.

La F.C.M.Q. que l'on peut rejoindre au 252-3076 sera en mesure de vous donner tous les détails sur les droits d'accès et vous renseigner sur les clubs de votre localité ou de celle que vous aurez envie de visiter. Pour obtenir des cartes spécifiques aux différentes régions, adressez-vous aux Associations touristiques régionales. R.R.

### LES AVENTURES SNOW

VENEZ AVEC NOUS SUR LES PLUS HAUTS SOMMETS !!!

Laissez **LES AVENTURES SNOW** vous emporter sur les plus hauts sommets des Laurentides, des cantons de l'est et du Vermont (É.U.).

Amusez-vous sur les monts : OWL'S HEAD, ORFORD, SUTTON, JAY PEAK, MOUNT SNOW, SUGAR BUSH, KILINGTON, STOWE, TREMBLANT et autres!

Nos autobus partent de divers endroits à Montréal, vous offrant le meilleur service de transport.

\$ SPECIAL \$

10 JOURS DE SNOW / SKI

SEULEMENT \$479.00 JUSQU'AU 23 DÉC. TAX INC. I

INSCRIVEZ-VOUS BIENTÔT!



TEL: (514) 748-2530

2442246

# SHARKS

LA BOUTIQUE

313, E. Cartier Laval (Québec)  
Tél.: (514) 663-5543  
1 800 473-5543

## "SNOWBOARDS"

Fixations Free Style  
Bottes à partir de **250 \$**

"RACE BOARD"  
Binding  
Bottes à partir de **350 \$**

2440105 - b23



Tellement immense, tellement intense.

# O u t a o u a i s



Le Casino de Hull vous offre du jeu plus grand que nature avec ses 1 300 machines à sous, ses 45 tables de jeu, son jeu de Keno et sa piste électronique de courses de chevaux. Venez vous y divertir dans ses bars animés et goûter aux plats raffinés de ses restaurants. Le Casino de Hull, un lieu de classe internationale, situé à seulement 4 km de la Colline du Parlement. Entrée, stationnement et vestiaire gratuit.



L'endroit par excellence pour vous divertir! A 5 minutes du centre-ville d'Ottawa.

Forfait Casino  
37 \$  
par pers., inc. double, taxes en sus

Chambre luxueuse, 10 \$ de jetons par chambre, carte privilégiée d'accès au Casino, stationnement gratuit.

Forfait Ski de fond  
37 \$  
par pers., inc. double, taxes en sus

Chambre luxueuse, deux billets pour ski de fond, stationnement gratuit.

131, rue Laurier,  
Hull (Québec) J8X 3W3  
(819) 770-8550  
1 800 265-8550



Forfait Casino  
40.50 \$  
par personne, inc. double

L'hôtel le plus près du Casino vous offre une nuitée à l'hôtel, 520 de jetons du Casino, un laissez-passer pour le Casino, le petit déjeuner continental et le stationnement.

\* Prix sujet à changement après le 31 mars 1997

205, Boul. St-Joseph Blvd.,  
Hull (Québec) J8Y 3E3  
(819) 778-8085  
fax (819) 595-2021



Bal de neige à Hull du 7 au 23 février 1997 (du mercredi au dimanche)

Participez à "l'Odyssée des temps", le plus grand terrain de jeux de neige en Amérique du Nord, où toute la famille découvrira par le jeu, le spectacle, et les glissières géantes l'histoire de notre monde. Présenté par la Ville de Hull et la Commission de la Capitale nationale.

(613) 239-5000  
(819) 595-7400



Évasion hiver familiale  
66 \$  
par chambre, par nuit, taxes en sus

Chambre luxueuse pour une nuit, café gratuit dans les chambres, appels locaux gratuits, piscine intérieure chauffée, stationnement gratuit.

En face du Musée canadien des civilisations, centres de ski alpin à proximité, ski de fond à quelques pas de l'hôtel. Non disponible pour les groupes.

35, rue Laurier,  
Hull (Québec) J8X 4E9  
1 800 567-9607  
(819) 778-6111



Forfait Gourmand  
75 \$  
par personne, inc. double

Chambre spacieuse pour une nuit, petit-déjeuner pour deux, souper pour deux (choix de trois tables régionales), laissez passer au musée de votre choix, service et stationnement gratuit.

Forfait vacances-ski  
72 \$  
par chambre, par nuit, taxes en sus

111, rue Bellinonnet,  
Gatineau (Québec) J8T 6A5  
(819) 568-5252

information et réservation

1 800 265-7822

# Enfin la

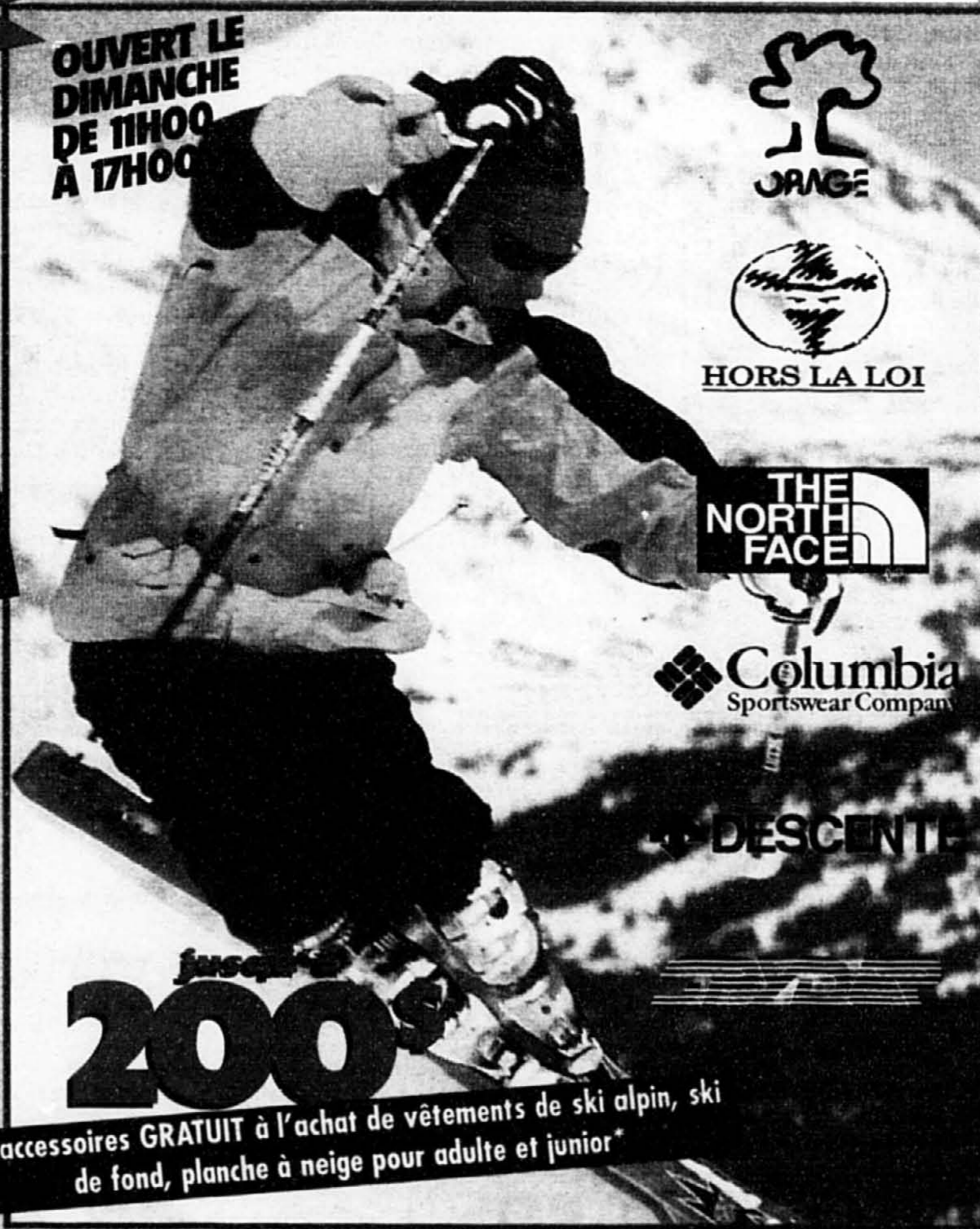
# NEIGE



**PROGRAMME ÉCHANGE Ski junior**  
Maintenant en magasin

**50%**  
Détails en magasin

**OUVERT LE DIMANCHE DE 11H00 À 17H00**



HORS LA LOI



DESCENTE

**200**

D'accessoires **GRATUIT** à l'achat de vêtements de ski alpin, ski de fond, planche à neige pour adulte et junior\*

## ENSEMBLE SKI ADULTE

- Skis: **Atomic ARC Ceramic 70**
- Fixations: **ESS 258 Sport**
- Bottes: **Munari R-95**

Spécial

**199<sup>99</sup>**

**SNOWBOARD**



750 paires de bottes **99<sup>99</sup>** ET PLUS

1000 planches à partir de **199<sup>99</sup>**

### ENSEMBLE DE SKI JUNIOR

- Inclus:
- Skis: Atomic ou Dynastar Team
  - Fixations: Sal, Quad, Mini ou ESS 258
  - Bottes: San Marco Jr.

Spécial **149<sup>99</sup>** 80 à 110 cm.  
Spécial **189<sup>99</sup>** 120 à 175 cm.

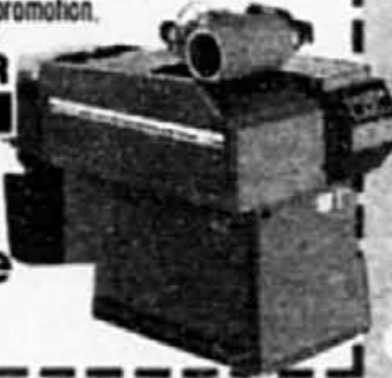
### ATELIER

### COUPON PROMO MISE AU POINT

SKI ALPIN • SNOWBOARD

- 5\$** DE RABAIS sur mise au point Ski Alpin #1
- 7\$** DE RABAIS sur mise au point Snowboard
- 10\$** DE RABAIS sur mise au point Performance #2

En vigueur chez ALS de Repentigny, Joliette, Laval et Trois-Rivières ouest jusqu'au 8 déc. 1996. Ne peut être jumelé à une autre promotion.



PRIX EN VIGUEUR JUSQU'AU 8 DÉCEMBRE 1996 OU JUSQU'À ÉPUISEMENT DES STOCKS.



**André Lalonde Sports**



TOUTES LES GRANDES MARQUES POUR JOUER DEHORS.

**TROIS RIVIÈRES OUEST**  
CENTRE LE CARRÉFOUR  
(819) 373-2622

**JOLIETTE**  
20 PLACE BOURGET  
(514) 759-7152

**REPENTIGNY**  
256 RUE NOTRE DAME  
(514) 582-1123

**LAVAL**  
3900 AUTOROUTE 440  
VOISIN AVENTURE ELECTRONIQUE  
(514) 682-5222

