

LE

# SKI

16  
PAGES

dans l'Est

du Québec



Le Soleil, Jean-Marie Villeneuve

Les nouvelles taxes sur les services ne semblent pas décourager les amateurs de ski alpin dont le nombre augmente d'une année à l'autre. Le ski alpin et le ski de randonnée sont, sans contredit, des activités sportives qui épargnent la déprime de l'hiver à des dizaines de milliers de Québécois.

## LE SKI DANS L'EST DU QUÉBEC



Malgré les coûts élevés, les ventes pré-saison d'abonnements au ski ont été bonnes. L'achalandage des centres de ski devrait continuer à se maintenir au dire des responsables.

## L'optimisme règne dans les centres de ski du Québec

À l'aube d'une nouvelle saison de ski qui devrait commencer d'ici un mois, l'optimisme règne dans les nombreuses stations de ski alpin des régions de Québec, du Saguenay et de Charlevoix, ainsi que de Chaudière-Appalaches. Le climat est le même dans le Bas-Saint-Laurent et en Gaspésie.

par JEAN-CLAUDE RIVARD  
Le Soleil

En dépit d'un contexte économique difficile, presque partout les ventes pré-saison d'abonnements ont été bonnes, indique-t-on. Le report de l'application de la taxe de vente québécoise (TVQ) sur les services a particulièrement été bienvenu. On craignait qu'elle ne fasse fuir des pentes de ski un grand nombre d'adeptes.

Après avoir supporté, l'hiver dernier, l'imposition de la nouvelle taxe fédérale sur les produits et services (TPS), les skieurs pourront, semble-t-il, respirer d'aise avec le report de la taxe de vente québécoise sur les services (TVQ).

« L'an dernier, la TPS nous a donné un dur coup », confie Mme Louise Turcotte, du « Mont Saint-Castin », à Lac-Beauport. « Si on peut épargner la TVQ aux skieurs, ce sera tant mieux ! »

« Une augmentation de 25 % en deux ans aurait été excessive », confirme M. Jacques Cha-

rette, au « Val-d'Irène », près d'Amqui.

Mais, en même temps, l'annonce tardive du report de la TPS occasionne des tracasseries administratives aux dirigeants des centres de ski qui doivent maintenant rembourser ce qu'ils ont perçu en trop, depuis le mois d'août, lors des ventes pré-saison des cartes d'abonnements. « On est dans l'embarras », reconnaît sans équivoque M. Charette.

### Le surf sur neige : une fureur !

La planche à neige poursuit son invasion rapide des centres de ski. En plusieurs endroits, toutes les pistes lui sont ouvertes. C'est le cas au « Massif » de Petite-Rivière-Saint-François, au « Massif du Sud » de Saint-Philémon, à « Grande Coulée » de Saint-Paul-de-Montminy, à « Val Neigette » de Sainte-Blandine-sur-Rimouski, ainsi qu'au « Mont-Comi ».

Suite à la page suivante

## ÉQUIPE DE SKI ALPIN



# SUPER VENTE DE SKI

PEPS DE L'UNIVERSITÉ LAVAL  
DU 7 AU 10 NOVEMBRE 1991

HEURES D'OUVERTURE: Jeudi et vendredi : 9 h à 21 h  
Samedi et dimanche : 9 h à 18 h

Équipements neufs et d'occasion pour débutants, intermédiaires et experts.

Plus d'un demi-million en inventaire, des skis, bottes, fixations, bâtons, planches à neige, vêtements de ski et accessoires divers.

TOUT ÇA À DES PRIX  
INCROYABLEMENT BAS !

(Cartes de crédit acceptées)

Pour l'équipement d'occasion, apportez vos articles au début de la vente.

REMERCIEMENTS AUX COLLABORATEURS SUIVANTS :

location  
giguère

CACTUS  
RESTAURANT-BAR

SHIK  
98,9

ScotiaMcLeod

Samson Belair  
Deloitte &  
Touche

LE SOLEIL  
IL BRILLE POUR TOUT LE MONDE

COPIE  
ELITE  
687-2481 651-3101

SKI  
Laurentide



La planche à neige poursuit son invasion rapide des centres de ski. Il est à noter que le Mont-Comi recevra, du 9 au 12 avril, 120 compétiteurs venant de toutes les parties du pays pour le Championnat canadien de planche à neige.

## LE SKI DANS L'EST DU QUÉBEC

Suite de la page précédente

## L'optimisme règne...

Dans d'autres, seules les pistes familiales lui sont interdites (ex. « La Crapaudière » (Saint-Malachie), « Mont-Orignal » (Lac-Etchemin) et « Val-d'Irène » (Amqui)).

À « Stoneham », au « Mont Saint-Castin » et au « Valinouet » (Chicoutimi), c'est le contraire : elle n'a droit de cité que sur deux ou trois pistes précises. Au Mont Sainte-Anne, 33 des 50 pistes lui sont accessibles ; au « Mont Adstock » (Thetford), il y en a huit sur 16.

L'aménagement de pistes spéciales en forme de demilune est l'innovation de l'année dans plusieurs centres de ski. C'est le cas, entre autres, au « Mont Béchervaise » (Gaspé) ainsi qu'au « Val-d'Irène », comme le signalent leurs directeurs respectifs, MM. Serge Cassivy et Jacques Charette.

Au dernier congrès de « Ski Québec », en septembre, le « Club de planche à neige du Mont-Comi » a d'ailleurs été

proclamé club de l'année. Celui-ci songe à organiser une série de compétitions locales, sanctionnées par « Ski Québec » et devant être couronnées par une finale régionale, en mars.

Soit dit en passant, le Mont-Comi recevra, du 9 au 12 avril, 120 compétiteurs venant de toutes les parties du pays pour le Championnat canadien de planche à neige.

## Le ski alpin en sous-bois

Le ski alpin en sous-bois gagne de la popularité aux quatre coins du Québec. Dans plusieurs centres de ski, particulièrement dans l'Est, les investissements majeurs de l'année se rapportent principalement à l'aménagement de pistes adaptées à ce type d'activité.

Les centres de ski de « Val-Neigette » et du « Mont Béchervaise » sont du nombre.

Le nouveau centre de ski du « Mont Edouard » de l'Anse-Saint-Jean, aura, lui aussi, sa pente en sous-bois. Elle a été réalisée au cours de l'été.



Le Soleil, Yvon Mongrain

Le ski alpin en sous-bois gagne de la popularité aux quatre coins du Québec. Plusieurs centres de ski dans l'est du Québec ont aménagé des pistes adaptées à ce type d'activité.

**LA MEILLEURE  
FAÇON DE  
S'ENTRAIDER**  
DU 1<sup>er</sup> OCTOBRE  
AU 8 NOVEMBRE 1991



**Centraide**  
Québec

LIGNE TEL-DON :  
1-800-267-5555

## CENTRE DE SKI ALPIN ST-RAYMOND



Par  
Ste-Catherine,  
route 367, suivre  
les indications. Par  
Pont-Rouge, route 365

À proximité de Québec, à St-Raymond dans le comté de Portneuf.

Comprend :

- 7 pistes de ski alpin (2 éclairées)
- chalet central
- casse-croûte
- école de ski
- patrouille de ski
- ski alpin en soirée

Pour de plus amples informations, communiquez à :  
**(418) 337-2866** ou **(418) 337-7017**

CENTRE DE  
SKI ALPIN  
SAINTE-FOY

2150, Chapdelaine (près de Myrand)  
Sainte-Foy



## COURS OFFERTS

## INISKI:

21-22-23 décembre  
enfants: 24 \$; adultes 30 \$

## INTENSIFS:

26 au 29 décembre  
enfants 40 \$; adultes 48 \$

## RÉGULIERS:

4 janvier au 4 mars  
enfants 45 \$; adultes 53,25 \$

## PLANCHE À NEIGE:

début 7 janvier 1992

SKI BAZAR ET  
INSCRIPTIONS  
(au centre de ski)

DATES: 9 et 10 novembre  
9h à 17h

Réception des équipements:  
7-8 novembre 12h à 20h

## INFORMATIONS

**654-4298**

## Une semaine de ski inoubliable en Suisse

**VERBIER**  
VAL DE Bagnes

1<sup>er</sup> DÉPART:  
du 24 janvier au  
1<sup>er</sup> février

Base 20  
personnes  
(occupation  
double)  
**1370\$**

Base 20  
personnes  
(occupation  
double)

Taxe d'aéroport

**40\$**

2<sup>e</sup> DÉPART:  
du 21 février au  
29 février

Base 20  
personnes  
(occupation  
double)  
**1570\$**

Base 20  
personnes  
(occupation  
double)

Taxe d'aéroport

**-10%**  
si réservé avant le  
15 novembre



POSSIBILITÉ DE PROLONGATION À VERBIER OU AILLEURS  
EN EUROPE, MAIS CONTACTEZ-NOUS AU PLUS TÔT!

LE PRIX COMPREND POUR LES DEUX DÉPARTS:

collaboration:

**swissair**

- le billet d'avion aller-retour de Québec ou Montréal;
- l'hébergement à l'hôtel de Verbier (7 nuits), catégorie 3 étoiles à la Suisse, équivalent à 4 étoiles en France;
- les petits déjeuners;
- les repas du soir;
- les transferts de l'aéroport/l'hôtel/l'aéroport;
- un guide accompagnateur qualifié.

Nous remettons  
**GRATUITEMENT**  
à chaque personne  
qui s'inscrit, un sac à  
bottes et un sac à skis.



## GROUPE VOYAGES QUÉBEC INC.

174, Grande Allée Ouest, Québec (Québec) G1R 2G9  
Tél.: (418) 525-4585 - Téléc.: 051-2285  
Ligne sans frais: 1-800-463-1598

Détenteur d'un permis du Québec

Pour tout  
renseignement, contactez  
**CHARLES HUOT**

# TOUS NOS MODÈ- LES 1991 AUX PRIX DE 1988

**Ski Stoneham  
ET PAS AILLEURS!**

(Détails page de droite)

SS-4 - Québec, Le Soleil, jeudi 31 octobre 1991

CAHIER SPÉCIAL

## LE SKI DANS L'EST DU QUÉBEC



Steeve Garneau présente un ensemble deux-pièces de marque Asics que portait l'équipe autrichienne de compétition l'an dernier. Michelle Trudelle porte un ensemble de marque Couloir. Ces deux ensembles sont des vêtements haut de gamme.

Selon Jacques Gagnon, les gens recherchent un équipement qui tienne compte des progrès techniques récents tout en étant accessible à un budget moyen. Il présente ici des skis Rossignol pour skieur avancé.



### Vêtements et équipements de ski

## Les acheteurs misent sur des styles classiques

En raison des incertitudes du contexte économique, les acheteurs d'équipement de ski sont réservés et prudents. Les boutiques spécialisées le constatent. Le climat va même jusqu'à influencer la qualité, la texture et la teinte des tissus.

par JEAN-CLAUDE RIVARD  
Le Soleil

Mais les gens qui veulent y mettre le prix pourront, bien sûr, miser sur le haut de gamme et investir jusqu'à 1000 \$ pour se procurer, entre autres, l'un de ces ensembles d'importation japonaise en montre à la boutique « Sports Experts » du Mail Est, à Place Laurier. Il s'agit d'un superbe ensemble d'« Entran » isolé au « Thinsulate ».

« Cette année, la vogue est aux couleurs terre avec des mauves, des roses, beaucoup de bleu et de vert. Les teintes sont sobres et les « flous » populaires ces dernières années sont en nette régression », commente Mme Michelle Trudel, la spécialiste de la boutique en matière de vêtements.

« Les consommateurs semblent miser sur des valeurs sû-

res, sur des styles sobres et classiques », observe-t-elle.

On constate en même temps que la sobriété du noir (surtout) et du blanc s'affirme de plus en plus dans la couleur des skis et des bottes.

On pourrait aussi investir jusqu'à un millier de dollars pour de l'équipement de ski haut de gamme, signale M. Jacques Gagnon, assistant-gérant. Mais il reconnaît toutefois que là n'est pas la demande générale. Les gens recherchent un équipement qui tienne compte des progrès techniques récents tout en étant accessible à un budget moyen. C'est le cas pour les skis en matériaux composites alliant souplesse, solidité et légèreté, les bottes chaudes et confortables, les attelages sécuritaires et faciles à dégager, etc.

Ceux qui privilégient le haut de gamme, trouveront naturellement des skis alpins anti-vibration hautement performants munis de semelles renforcées (graphite, « Kavelar » ou carbone), des ski de slalom à spatule amovible, des bottes chauffantes à piles rechargeables, etc. Les bottes à coquille basculante lancées par « Lange », compromis entre la botte bouclée en retour de vogue et la botte à chargement arrière, retiennent aussi l'intérêt des skieurs.

Quant aux amateurs de ski de randonnée, ils peuvent maintenant trouver en boutique des fixations automatiques qui leur évitent d'avoir à se pencher chaque fois qu'ils doivent les mettre en place.

Le prix d'un ensemble complet, comprenant ski, fixations et bottes, peut représenter un investissement de 150 \$ à 200 \$, pour les enfants, de 250 \$ et plus, pour les adultes.

Suite à la page suivante

## LE SKI DANS L'EST DU QUÉBEC

# La mise en forme, un « must » avant le début de la saison

(AFP) — Quand on n'est pas vraiment sportif, on doit commencer une mise en forme quelques mois avant le début de la saison de ski, surtout si on veut tirer le plus de bénéfice pour sa santé. Même lorsqu'on fait tous les dimanches un peu de « jogging », cela ne suffit pas pour avoir la souplesse nécessaire.

C'est par les genoux qu'on doit commencer. Comme ils jouent un rôle vital, le skieur doit effectuer les mouvements suivants : se placer debout contre une porte, poser une main sur chaque genou, puis fléchir d'abord l'un, puis l'autre, en les écartant avec la main vers l'extérieur. Après avoir fait ce mouvement six fois avec chaque genou, on le fera avec les deux en même temps, toujours en gardant le dos bien appuyé contre la porte, et également six fois. Il est préférable de répéter ces exercices matin et soir.

Le dos aussi demande à être renforcé. On peut lui donner une certaine vigueur sous la douche, en dirigeant le jet sur la région lombaire, et en se penchant légèrement en avant, sans se contracter.

Faites des mouvements circulaires avec le pommeau de la douche d'abord à l'eau tiède, puis en augmentant la température progressivement.

Après la douche, frottez votre dos avec une serviette éponge, tenue par les deux bouts, en faisant un mouvement de va-et-vient, une dizaine de fois. Pour terminer, couchez-vous de préférence en maintenant la tête plus bas que les pieds et relaxez-vous pendant une bonne demi-heure. Faits deux ou trois fois par semaine, ces exercices vous seront très bénéfiques, mais si vous avez le temps et la persévérance, vous pourrez les faire tous les soirs avant de vous coucher, ou le matin.

Les exercices suivants renforceront et assoupliront les articulations et les muscles : travaillez d'abord vos mains en fermant en serrant les doigts, comme si vous teniez les bâtons. Restez quelques instants ainsi, puis ouvrez lentement la main et recommencez six fois.

Quant aux bras, levez-les lentement et sans les contracter, jusqu'à ce qu'ils soient dans la prolongation de vos épaules, puis baissez-les.

Enfin, ce dernier exercice vous aidera à tenir (sans vous fatiguer) la position que vous observerez pour vous propulser sur vos skis. Les genoux légèrement fléchis, glissez vos pieds en avant, un à la fois, puis revenez en arrière pour effectuer ce même mouvement avec l'autre pied, sans redresser les genoux. Au début, vous aurez du mal à garder votre équilibre, mais vous finirez par y parvenir facilement. Bon ski !

## Suite de la page précédente Les acheteurs...

La franchise « Sports Experts » du 1077, de l'Église, à Sainte-Foy, est à l'image de la grande majorité des magasins d'équipement de ski : c'est une « boutique familiale ».

On y garde assez peu de haut de gamme, admet le gérant, M. Richard Durivage. Mais en revanche, on y trouve toute la gamme des skis à prix populaire (entre 150 \$ et 300 \$) dans les marques « Rossignol », « Fisher », « Blizzard », « Elan », « K-2 », « Atomic », etc.

On y trouve, de même, de chauds vêtements en polyester aussi bien qu'en « Tactel », avec doublure de « Dermoflex » ou de « Thinsulate ».

Pour 250 \$ à 300 \$, on peut s'y habiller convenablement. Il est même possible de faire de 30 % à 50 % d'économies en acceptant de porter un ensemble de ski produit l'an dernier et comportant une évocation plus ou moins évidente de la mode fluo actuellement en baisse de popularité.

Dans cette boutique, comme ailleurs, les planches à neige connaissent un engouement exceptionnel. Il existe cependant différentes qualités de planche à neige, précise M. Durivage. Il y en a pour tous les goûts et pour toutes les catégories de sportifs, les experts aussi bien que les débutants.

BOUTIQUE

SPORTS



Nouveau au Canada les vêtements de ski Nordica

# NORDICA

SPORTSYSTEM

366 Maguire Sillery 418.527.0604

# KILO-MÉTRAGE ILLIMITÉ



## Évitez l'augmentation de 7% prévue pour le 4 novembre

Il est grand temps de vous équiper pour l'hiver pour profiter très bientôt des premières glisses de la saison.

Toutes les fins de semaine, vente d'abonnements et prise de photos à la station entre 10 h et 16 h.

Tarifs en vigueur jusqu'au 3 novembre 1991 seulement.  
(Taxes en sus)

| ABONNEMENT INDIVIDUEL      |           | ABONNEMENT FAMILIAL        |                    |
|----------------------------|-----------|----------------------------|--------------------|
| Adultes                    | 550,00 \$ | 1er membre                 | 550,00 \$          |
| Étudiants 16-22            | 425,00 \$ | 2e membre                  | 450,00 \$          |
| Enfants 7-15 ans           | 275,00 \$ | 3e membre                  |                    |
| 65 ans et plus             | 275,00 \$ | Étudiant 16-22 ans         | 200,00 \$          |
| Moins de 7 ans             | GRATUIT   | Enfant 7-15 ans            | 150,00 \$          |
| Abonnement semaine et soir | 325,00 \$ | 4e membre                  |                    |
| Abonnement soir seulement  | 240,00 \$ | Étudiant 16-22 ans         | 180,00 \$          |
|                            |           | Enfant 7-15 ans            | 130,00 \$          |
|                            |           | 5e membre                  |                    |
|                            |           | Étudiant 16-22 ans         | 150,00 \$          |
|                            |           | Enfant 7-15 ans            | 119,00 \$          |
|                            |           | <b>Maximum par famille</b> | <b>1 399,00 \$</b> |

### En option:

- Possibilité d'acheter votre abonnement lors du Salon de Ski aux Galeries de la Capitale.
- Quelques casiers encore disponibles... Hâtez-vous !
- Forfaits transférables de 10 ou 22 occasions de ski.
- Tarifs spéciaux pour snowboards.
- Cours de ski.



Une famille de 4 personnes\* rentabilise son abonnement dès la 15e journée de ski.

\*2 adultes et 2 enfants de 13 et 20 ans étudiant à temps plein.

## Ski Stoneham ET PAS AILLEURS!

# 848-2411

1-800-463-6888

## LE SKI DANS L'EST DU QUÉBEC



### LA CRAPAUDIÈRE DES PRIX COMPLÈTEMENT SAUTÉS POUR DU SKI EN FAMILLE PRÉVENTE D'ABONNEMENTS

26 et 27 octobre, 2 et 3 novembre 1991  
de 10h à 17h

Tarifs en vigueur jusqu'au 3 novembre 1991 seulement

| INDIVIDUEL<br>JOUR ET SOIR |         | FAMILIAL<br>JOUR ET SOIR |      |
|----------------------------|---------|--------------------------|------|
| Adultes                    | 325*    | 1re personne             | 325* |
| Étudiants (18-21)          | 270*    | 2e personne              | 290* |
| Étudiants (6-17)           | 230*    | 3e personne              | 175* |
| 65 ans et plus             | 230*    | 4e personne              | 130* |
| 5 ans et moins             | gratuit | pers. additionnelle      | 75*  |

INDIVIDUEL SOIR  
à partir de 15h 150\* Taxes de 7% (TPS) en sus.

**IDÉE SAUTÉE** Excellente idée pour faire sauter les prix: série de 10 billets ou 15 billets transférables.

#### RENSEIGNEZ-VOUS

- SKI BAZAR
- Prise de photos
- Information et vente de cours de ski
- Information Club de compétition
- Location de casiers

#### LES ACTIVITÉS DE LA SEMAINE DERNIÈRE ÉTAIENT UNE COMMANDITE DE PARÉ CHEVROLET OLDSMOBILE INC.

#### ACTIVITÉS AU PROGRAMME:

- Mur d'escalade portatif "LE POLYGONE", une expérience unique à vivre de 12h à 16h
- Exposition d'oeuvres d'art "EXPO CADEAUX", plus de 25 exposants
- Portes ouvertes (visite des condos)

#### À TOUS LES DIMANCHES:

Brunch familial de 11h à 13h30, sur réservation seulement.



STATION TOURISTIQUE  
**LA CRAPAUDIÈRE**

- 290 mètres de dénivellation
- Enneigement artificiel
- Ski en soirée
- Ski de fond
- Hébergement
- Garderie
- Etc...

Route 277,  
St-Malachie  
(Bellechasse)  
**(418) 642-5171**



Le ski, un sport individuel, diront certains, mais aussi un sport de famille. Un sport de détente aussi, semble dire cette jeune demoiselle. Qu'attendez-vous pour vous laisser tenter ?

## Le ski, la plus belle façon de passer l'hiver !

« Le ski, c'est la plus belle façon de passer l'hiver ! »

LE SOLEIL

**RÉSERVATION  
STONEHAM**

**CONDO-SKI**

**RABAIS**  
de  
**10%**  
sur hébergement

**RÉSERVATION FAITE  
AVANT LE 15 NOVEMBRE 1991**  
(Séjours du 20 déc. au 4 janv. et du 14 févr. au 21 mars exclus)

**Réervations  
(418) 848-5555**

C'est la conviction qu'ont en commun MM. Jacques Beudet, Bernard Tremblay et Michel Légaré, trois « mordus » du ski du Centre touristique de Stoneham.

Le premier est un ex-skieur de compétition qui a pratiquement élevé ses enfants sur des pentes de ski et pour qui ce sport est un sujet de conversation douze mois par année.

Le second est le superviseur d'une équipe de 18 patrouilleurs à l'oeuvre 18 heures par jour, sept jours par semaine.

Le troisième est éducateur physique et préside le club de compétition local dont font partie plus de 120 jeunes de 6 à 17 ans.

#### Rêver ski sur l'eau

À l'aube de la cinquantaine, M. Jacques Beudet, directeur des ventes à Québec d'un des plus importants manufacturiers canadiens de souffleuses à neige, a deux passions: la mer et la neige.

Ex-administrateur d'un chantier maritime spécialisé dans la fabrication de bateaux de pêche à coque en fibre de verre (Saint-Antoine-de-Tilly), il n'a pas rompu avec la mer. La navigation de plaisance est son « dada » estival.

Mais il reconnaît volontiers qu'il lui arrive souvent de rêver

Jacques Beudet, un mordu du ski, dit avoir « élevé » ses cinq garçons sur les pentes de ski.

au ski sur l'eau. Toutes les conversations entre amis, au fil de l'onde, se transforment souvent en projets d'hiver, dit-il.

Il se définit comme « un mordu du ski ». Il en fait depuis 40 ans et il connaît presque toutes les pistes de chacun des centres de ski du Québec. Il avoue qu'il lui est souvent arrivé d'aller passer son heure de diner à flanc de montagne et de rentrer au bureau, sur le coup de 14h, frais et dispos, pour y recevoir des clients.

« Je ne comprends pas qu'à Québec il n'y ait pas plus de gens qui font du ski. Nous sommes gâtés. Les centres de ski sont à moins d'une demi-heure du centre-ville. L'accueil est agréable. Les pentes sont de qualité et ce sport n'est pas plus coûteux qu'un autre », dit-il.

Le ski est, à son avis, un sport familial d'excellence: c'est le meilleur moyen de rassembler autour d'une activité tous les membres de la famille, explique-t-il. M. Beudet dit avoir « élevé » ses cinq garçons sur les pentes de ski. Il ne le regrette pas. Ça lui a permis de mieux échanger avec eux et de mieux les connaître.

C'est également un sport social, affirme-t-il. Les remonte-pentes, l'après-ski au chalet ou à l'Auberge sont les meilleurs endroits pour rencontrer des gens dans un climat de saine détente.

Le ski lui apparaît aussi un sport relativement économique. « Pas plus cher que le hockey. »

Suite à la page suivante

Suite de la page précédente

## Le ski...

C'est également un sport adapté aux personnes de tout âge. M. Beudet parle de façon élogieuse de ces clubs de « blancs sommets » regroupant des personnes aux tempes grises et qui se développent à un rythme accéléré dans la région de Québec.

Au « Mont Sainte-Anne », par exemple, le « Club Altitude 26-25 » rassemble plus de 200 personnes de 50 ans et plus.

### Le patrouilleur, personne polyvalente

Bien que visible partout, le patrouilleur de ski est un grand inconnu, opine le superviseur Bernard Tremblay.

Bien que sa première tâche soit de secourir les blessés, il a aussi pour rôle de diriger la circulation sur les pentes et de faire en sorte que les skieurs observent les règlements.

Le patrouilleur, c'est aussi la personne qui a la tâche de vérifier quotidiennement l'état des pistes, de mesurer l'épaisseur de la neige et de baliser les endroits glacés ou périlleux.

C'est surtout une personne polyvalente. Le patrouilleur est bien au fait de la mécanique des remonte-pentes et il peut porter secours aux usagers en cas de panne. Il peut tout aussi bien devenir secouriste si une personne s'étouffe au restaurant, s'évanouit à l'Auberge ou se blesse avec un verre cassé au bar.

Les patrouilleurs doivent éprouver périodiquement leurs techniques de travail en montagne et s'entraîner à porter secours aux blessés. C'est également le patrouilleur qui, en saison, s'assure que l'éclairage d'urgence destiné à parer à une panne est toujours en bon état de fonctionnement.

Hors saison, il y a toujours des patrouilleurs de faction. Leur tâche est de préparer la saison à venir, au rythme des modifications et des transformations effectuées dans chaque pente. Leur rôle est en effet de veiller à ce que la signalisation soit toujours appropriée.

### Le ski de compétition

Comme la majorité des centres de ski, celui de Stoneham, qui compte 27 ans d'existence, a son propre club. Il est actuellement fréquenté d'octobre à mars, par 125 jeunes de 6 à 17 ans.

Suite à la page suivante

# S P O R T S E X P E R T S

## S O L D E S K I

# EXTREMÉME



**SALON DU SKI**  
Venez rencontrer  
**Pierre Harvey**  
au kiosque Sports Experts  
Vendredi entre  
13h00 et 14h00

Certaines choses dans la vie ne peuvent être faites à moitié. La pratique du ski en est une... C'est pour cette raison que lors du Solde Ski Extrême, nous sommes allés à la limite! Nous avons les toutes dernières collections de vêtements et d'équipements de cette année. Les meilleures marques et les meilleurs modèles à des prix **EXTRÊMEMENT** bons! Alors levez-vous et venez respirer l'air pur du Solde Ski Extrême chez Sports Experts.

**KNEISSL**  
Skis alpins  
KNEISSL Equipe SL  
Notre prix couc 169,99  
**79<sup>99</sup>**  
90% de rabais

Skis alpins  
K2 Performer  
Notre prix couc 249,99  
**179<sup>99</sup>**  
70% de rabais

Skis alpins  
ROSSIGNOL 505  
Notre prix couc 199,99  
**99<sup>99</sup>**  
100% de rabais

**ROSSIGNOL**

Bottes de ski alpin **NORDICA 580**  
homme ou femme  
Notre prix couc 199,99

Bottes de ski alpin **NORDICA 427**  
Notre prix couc 129,99  
**99<sup>99</sup>**  
30% de rabais

Bottes de ski alpin **SALOMON 83 Equipe**  
Notre prix couc 349,99  
**249<sup>99</sup>**  
100% de rabais

**NORDICA**  
**MARKER**  
**ELAN**

Ensemble de ski alpin pour adulte  
Skis ELAN 535  
Bottes NORDICA 427  
Fixations MARKER M25  
vendus séparément: 359,97

Prix ensemble **299<sup>99</sup>**

Ensemble de ski alpin pour junior  
Skis TECNO PRO 830  
Bottes NORDICA 127  
Fixations LOOK L20

À partir de **159<sup>99</sup>**

Ensemble de ski alpin pour adulte  
Skis ROSSIGNOL 545  
Bottes RAICHEL 87  
Fixations TYROLIA 550  
vendus séparément: 449,97

Prix ensemble **399<sup>99</sup>**

**50% de rabais**  
Sur une grande sélection de vêtements  
pour adulte et junior\* **Jeff**  
**EVE** **NEVICA touch9**  
**AUDVIK** **etirel** **Diffrant**

\*Ensembles, blousons et pantalons seulement (Collection 90 - 91)

**sports experts**

|  |  |   |   |   |   |
|--|--|---|---|---|---|
| <b>Beauport</b><br>Galeries Ste-Anne<br>661-2482 | <b>Cap Rouge</b><br>4286 rue Saint-Felix<br>653-0744 | <b>Charlesbourg</b><br>Carrefour Charlesbourg<br>626-2157   | <b>Lévis</b><br>Galeries Chagnon<br>835-1088          | <b>Neufchâtel</b><br>3845, rue Blain<br>843-0499                | <b>Québec</b><br>Galeries de la Capitale<br>627-0062    |
| <b>Québec</b><br>Place Fleur de Lys<br>529-6156  | <b>Ste-Foy</b><br>Place Laurier Mail est<br>658-6134 | <b>Ste-Foy</b><br>Place Laurier Village Normand<br>659-4547 | <b>Ste-Foy</b><br>1077, route de l'Eglise<br>653-8751 | <b>St-Marc-des-Carières</b><br>1339, boul. Dussault<br>268-8244 | <b>St-Raymond</b><br>114, avenue St-Jacques<br>337-2989 |

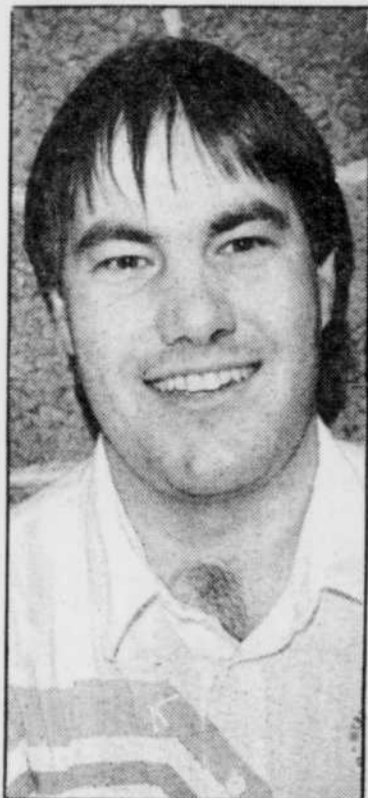
Les prix sont en vigueur jusqu'à épuisement de la marchandise ou jusqu'à la fermeture le samedi 9 novembre 1991. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Tous les articles, couleurs ou grandeurs ne sont pas nécessairement disponibles dans tous nos magasins.

**NOUS NE POURRIONS PAS NOUS APPELER EXPERTS SI NOUS N'AVIONS PAS LES MEILLEURES MARQUES**

Québec, Le Soleil, jeudi 31 octobre 1991

SS-7

## LE SKI DANS L'EST DU QUÉBEC



« L'école de ski développe l'esprit de groupe, le sentiment d'appartenance et la discipline », dit Michel Légaré, président du Club de ski de Stoneham.

Suite de la page précédente

### Le ski...

Non seulement est-ce un agréable moyen pour se délasser et se faire des amis, c'est également une école de vie, souligne son président, M. Michel Légaré, qui enseigne en sa qualité d'éducateur physique, aux écoles Saint-Edouard et Yves-Prévost, de Beauport.

« L'école de ski développe l'esprit de groupe, le sentiment d'appartenance et la discipline », dit-il. C'est aussi un agréable moyen de regrouper tous les membres de la famille autour d'une activité : dans le domaine du ski de compétition, l'implication personnelle des parents est importante.

L'objectif premier est de faire en sorte que les jeunes aient beaucoup de plaisir, encadrés d'instructeurs compétents, explique M. Légaré. Au début, pour les petits, ce seront des jeux dans la neige, mais par la suite, les difficultés techniques se multiplient et contribuent à

développer le sens du défi.

Dès le mois d'octobre, les jeunes commencent à se conditionner physiquement, hors piste, à la station aussi bien qu'au PEPS de l'université Laval, ainsi que sur les Plaines d'Abraham, en face du Musée du Québec, le dimanche matin.

À 16 ou 17 ans, les jeunes athlètes peuvent concourir à la sélection régionale, dans les catégories juvénile ou cadet, ce qui les autorise à fréquenter, sous les auspices de « Skibeq » et de « l'Association régionale de ski alpin », le programme scolaire spécialement conçu pour eux à l'École Cardinal-Villeneuve. Ce programme comporte un séjour en classe l'avant-midi et des descentes en ski, à la montagne, l'après-midi.



Le patrouilleur est une personne polyvalente. Il est bien au fait de la mécanique des remonte-pentes et il peut porter secours aux usagers en cas de panne.



## Les SKI-VACANCES SPORTSMANIA

COLLECTION 92  
EUROPE

FRANCE • SUISSE • AUTRICHE  
COLORADO : VAIL • ASPEN  
WHISTLER

BROCHURE 92 DISPONIBLE

FORFAITS GROUPES • INDIVIDUELS  
FAMILLES • MINI-GROUPES

Votre garantie d'un séjour de qualité



SPORTSMANIA

430-0187 • (Hors Montréal) 1-800-363-8182

1-2-3 novembre 1991  
GALERIES DE LA CAPITALE

5  
SALON PROVINCIAL  
SKI QUÉBEC  
VENEZ RENCONTRER...  
PIERRE HARVEY-MYRIAM BÉDARD-  
ALAIN VILLIARD-STEVE POBORSKI  
À NE PAS MANQUER  
JICI LAUZON EN  
SPECTACLE  
les 2 et 3 novembre,  
à 13h30  
Skier c'est l'FUN

CJRP 1060  
IRVING  
HORAIRE DU SALON:  
Ven., 13h à 21h30  
Sam., 10h à 17h30  
Dim., 10h à 17h30

## LE SKI DANS L'EST DU QUÉBEC

## ■ Salon du ski

Le 5e Salon provincial du ski de Québec se tiendra à compter de demain jusqu'à dimanche aux Galeries de la Capitale. Cet événement se veut une vitrine sur le monde du ski où seront présentés les produits de l'industrie du ski pour la saison 1991-1992. Le Salon accueillera les représentants d'une quinzaine de stations de ski de Québec, de Charlevoix, de la région Chaudière-Appalaches, de l'Estrie, du Saguenay-Lac-Saint-Jean, des Laurentides et du Maine. Il offrira aux amateurs une dernière occasion de se procurer des billets de saison à prix réduit.

## Code et règles de conduite du skieur

Le présent Code — adopté en vertu de la Loi sur la sécurité dans les sports — s'applique au skieur alpin et à toute personne qui pratique un sport destiné à être pratiqué sur une piste de ski alpin.

## LE SKIEUR DOIT :

1. Respecter la signalisation.
2. Céder la priorité aux skieurs en aval (plus bas) et emprunter une direction qui assure leur sécurité.
3. Céder le passage aux skieurs en amont (plus haut) lorsqu'il s'engage dans une piste et aux intersections.
4. Utiliser des skis munis de carres et d'un système de

freinage.

5. S'assurer, lorsqu'il s'arrête dans une piste, qu'il peut être vu des skieurs en amont et qu'il n'obstrue pas la piste.

## LE SKIEUR NE DOIT PAS :

1. Faire de la descente rapide (down hill).
2. Faire des sauts.
3. Skier hors piste.
4. Skier dans une piste fermée.
5. Skier avec un balladeur.
6. Traverser le tracé d'une re-

montée terrestre en opération.

7. Déplacer la signalisation

8. Quitter les lieux d'un accident dans lequel il est impliqué sans s'être identifié à un secouriste.

## Règles de conduite du skieur

Les présentes règles de conduite s'appliquent au skieur alpin et à toute personne qui pratique un sport destiné à être pratiqué sur une piste de ski alpin.

## LE SKIEUR DOIT :

1. Avoir en tout temps l'entier contrôle de sa vitesse et de sa direction.
2. Être en mesure en tout temps

de s'arrêter et d'éviter les autres skieurs de même que tout obstacle de toute nature.

3. Emprunter des pistes correspondant à son degré d'habileté et skier en deça de ses capacités.

4. Utiliser des bâtons munis de rondelles.

## LE SKIEUR NE DOIT PAS :

1. Skier sous l'influence de l'alcool, de drogue, etc.
2. Se servir de dragonnes pour retenir ses bâtons aux poignets ou aux bras lorsqu'il utilise les remontées.
3. Entrer les bâtons et les skis dans les chalets.

## LE SOLEIL et FM 93

vous invitent à participer au concours

## «MON WEEK-END MES SKIS»

Courez la chance de gagner l'un des

**5 FORFAITS  
WEEK-END  
DE SKI AU  
MONT-SAINT-ANNE**

et amenez vos  
enfants ou invitez  
vos amis!

Chaque forfait week-end comprend :

- L'hébergement Au Pied du Mont, le Village Vacances animées dans un condominium de deux (2) chambres pour deux (2) nuits (pour 4 personnes).
- Huit (8) billets de remontée mécanique.
- Deux (2) sacs à dos du quotidien LE SOLEIL remplis de surprises du FM 93.

Valeur approximative de chaque forfait : **700\$**

## Pour participer :

- Remplissez le coupon dès aujourd'hui et écoutez l'émission d'Eric Nolin, de 15 à 18 heures, du 11 au 15 novembre.
- Tirage en direct d'un forfait par jour.

Retournez à :  
**CONCOURS MON WEEK-END MES SKIS**  
FM 93 / LE SOLEIL  
600, Belvédère  
Québec G1S 3E5

Nom : \_\_\_\_\_  
Adresse : \_\_\_\_\_

Code postal : \_\_\_\_\_

Tél. bur. : \_\_\_\_\_

rés. : \_\_\_\_\_

Règlements disponibles au quotidien Le Soleil et FM 93.

**LE SOLEIL**  
IL BRILLE POUR TOUT LE MONDE !

**Au pied du mont**  
Le Village Vacances Animées  
(Mont-Sainte-Anne)

**FM 93**  
CUMÉ QUÉBEC

LE SKI DANS L'EST DU QUÉBEC

# Tout est prêt, il ne manque que la neige !

Il ne manque plus que la neige ! Presque partout, on est prêt pour l'accueil des sportifs, pour la plupart, au début de décembre.

Recherches : JEAN-CLAUDE RIVARD et CLAUDE VAILLANCOURT  
LE SOLEIL

Un certain nombre de stations de ski ont connu des investissements majeurs, compte tenu de leur ampleur, au cours de l'année 1991. Mais la plupart ont, toutefois, procédé à des améliorations de pentes ainsi qu'à des transformations destinées à les rendre plus agréables et plus sécuritaires. On a également tenu compte de la vogue croissante de la planche à neige ainsi que du ski alpin en sous-bois.

## Le Mont Sainte-Anne, toujours premier

Couronné de lauriers qui le

positionnent au premier rang de l'Est canadien pour l'importance de ses pistes ainsi qu'aux premiers rangs nord-américains pour la qualité de ses services, le centre de ski du Parc du Mont Sainte-Anne, entreprend la saison 1991-1992 avec optimisme.

Ses pentes seront accessibles aux skieurs dès le 15 novembre, assure le directeur général, M. Claude Beaudoin.

La formule de billets à points ainsi qu'à l'heure, fixant le tarif selon l'usage fait des remontées, a été expérimentée avec succès l'an dernier. Ce sera repris. « C'est ce qui semble le plus correspondre aux besoins des skieurs ; c'est la formule la plus accessible et la mieux adaptée à tous les types de skieurs », commente-t-il.

Le Mont Sainte-Anne annonce pour cette année de nom-

breuses innovations : pistes refaites, nouveaux tourniquets, amélioration de plusieurs chalets, etc. Les employés ont aussi reçu une formation spéciale en matière d'accueil, un domaine avec lequel le centre de ski entend faire sa principale marque de commerce, indique M. Beaudoin.

### FICHE TECHNIQUE

MONT STE-ANNE, BEAUPRÉ, 827-4561

**Nombre de pistes:** 50. **Dénivellation:** 625 m. Plus longue piste: 4828 m. **Remontées:** 1 télécabine de huit passagers, 3 télésièges quadruples dont 2 débrayables et un recouvert de bulle, 1 télésiège triple, 2 télésièges doubles, 5 remontées de surface. **Pistes éclairées:** 13. **Planche à neige:** 33 pistes. **Services:** cafétéria, garderie, école de ski, six restaurants et bars en montagne et sur place, hôtel et condos en location sur place, 4 bouti-



Le Mont Sainte-Anne annonce pour cette année de nombreuses innovations : pistes refaites, nouveaux tourniquets, amélioration de plusieurs chalets.

ques, location et réparation d'équipement. **Enneigement artificiel:** 85%. **Ski de fond:** 214 km.

## Le Relais effectue des améliorations majeures

Cela fait maintenant des années que la station de ski Le Relais effectue des transformations majeures. À juger de la situation, on entre cette année dans la dernière phase du plan. Des pistes ont encore une fois été améliorées, d'autres se sont ajoutées — dont certaines assez abruptes —, un paysage de lieux est en voie de réalisation. Le terrain de stationnement qui, le printemps, donnait des airs de désolation, est maintenant asphalté de

sorte que les skieurs pourront se rendre au chalet sans se mouiller les pieds. Malgré l'ajout de nouvelles pistes, tout le domaine skiable sera éclairé pour le ski en soirée. Enfin, les dirigeants du Relais ont aussi rompu avec une vieille tradition : les adeptes de la planche à neige seront acceptés dans la piste numéro 5.

### FICHE TECHNIQUE

LE RELAIS, LAC-BEAUPORT, 849-1851

**Nombre de pistes et traverses:** 24. **Dénivellation:** 224 m. Plus longue piste: 2055 m. **Remontées:** 2 arbalètes rapides, 2 télésièges quadruples dont 1 débrayable, 2 tire-fesses. **Pistes éclairées:** 24 sur 24. **Planche à neige:** 1 piste. **Service:** bar, cafétéria, école de ski, halte-garderie, location et de réparation d'équipement. **Enneigement artificiel:** 100%.

Suite aux pages SS-11, SS-12, SS-13 et SS-14

Skiez tout un hiver...

POUR MOINS CHER AU MONT-SAINT-CASTIN

COMPAREZ NOS PRIX D'ABONNEMENT AVEC CEUX DE NOS COMPÉTITEURS:

| MONT-SAINT-CASTIN  | AUTRE STATION                               | AUTRE STATION                               |
|--|---|---|
| ABONNEMENT 1 ADULTE USAGE ILLIMITÉ <b>275\$*</b>             | Abonnement 1 adulte <b>430\$*</b>           | Abonnement 1 adulte <b>550\$*</b>           |
| ABONNEMENT FAMILIAL 4 PERSONNES USAGE ILLIMITÉ <b>730\$*</b> | Abonnement familial 4 pers. <b>1 415\$*</b> | Abonnement familial 4 pers. <b>1 469\$*</b> |

ENFANTS MOINS DE 7 ANS : GRATUIT

\* Prix en vigueur le lundi 28 octobre 1991, affichés au Mont-Saint-Castin et dans deux autres centres de ski.

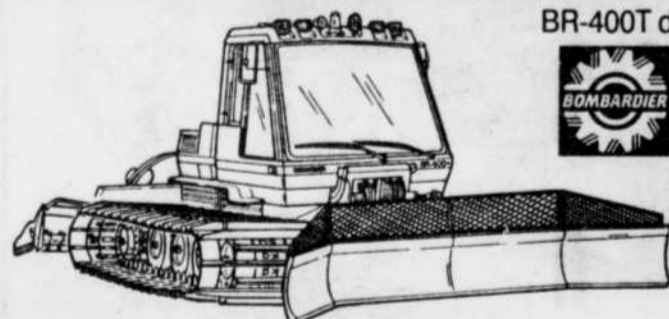
Skiez cet hiver, plus d'excuses\*

Qu'attendez-vous? Réservez votre abonnement dès maintenant.



82, CHEMIN LE TOUR DU LAC, LAC-BEAUPORT 849-1893

## Les fameuses DAMEUSES DE PISTE



BR-400T de



VENTE ET SERVICE PAR:



QUÉBEC (418) 650-1155  
MONTRÉAL (514) 351-0200

Distributeur exclusif des produits industriels Bombardier

## LE SKI DANS L'EST DU QUÉBEC

## Aucune trace de l'incendie à Stoneham

Au centre de ski de la Station touristique de Stoneham, tout l'équipement détruit par l'incendie de juillet, canons à neige et véhicules pour damer les pistes entre autres, a été remplacé au coût de 1,5 million \$, révèle le directeur du marketing, M. Denis Légaré. On y verra aussi un nouveau télésiège double sur la montagne « 1 ».

On y achève, par ailleurs, la construction de 100 nouveaux condos dont 78, situés en montagne, ne seront accessibles qu'en ski. Cette nouveauté nécessite l'éclairage permanent et l'enneigement artificiel de la piste 19.

Le programme « Défi » de l'école de ski destiné aux débutants qui craignent les pentes et qui offre 12 heures de cours en trois jours, équipement fourni,

avec garantie de « plaisir garanti ou argent remis » connaît un succès phénoménal, constate le directeur Bernard Gonnet. Le montant investi (99 \$) est déductible, lors de l'achat de forfaits de ski.

**FICHE TECHNIQUE**  
SKI STONEHAM, STONEHAM, 848-2411

**Nombre de pistes:** 25. **Dénivellement:** 420 m. Plus longue piste: 3200 m. **Remontées:** 1 télésiège quadruple débrayable avec bulle, 3 télésièges quadruples, 2 télésièges doubles, 2 arbalètes, 2 télésièges à plateau. **Pistes éclairées:** 16 sur 25. **Planche à neige:** 2 pistes. **Services:** garderie, école de ski, bar, restaurant Le Praliné, bar 14-18, sandwicherie, cafétéria, boutique, location et réparation d'équipement, hôtel au pied des pentes (60 chambres, restaurant, pub anglais, boutique de cadeaux, délicatesse, boutique d'équipement usagé), condos en location. **Enneigement artificiel:** 92%.

## Le Mont Saint-Castin mise sur les prix

« Nous n'avons pas de grosses innovations, lance Mme Louise Turcotte mais nous avons une politique de prix imbattable ». Des billets qui se vendront entre 10 \$ et 13 \$, selon les heures. En combinant certains forfaits, le coût maximal atteindra 16 \$, toutes taxes incluses. Un premier bloc qui permet de skier le matin, un autre en après-midi et un dernier en soirée. Pour les enfants de moins de 7 ans, l'accès aux remontées est gratuit.

**FICHE TECHNIQUE**  
MONT-ST-CASTIN, LAC-BEAU-PORT, 849-4277

**Nombre de pistes:** 14. **Dénivellement:** 158 m. Plus longue piste: 1440 m. **Remontées:** 1 télésiège quadruple, 1 télésiège triple, 3 téléskis dou-

bles, 1 tire-fesses. **Pistes éclairées:** 11 sur 14. **Planche à neige:** 3 pistes. **Services:** garderie (fin de semaine, vacances), cafétéria, location et réparation d'équipement, école de ski, bar, boutique. **Enneigement artificiel:** 100%.

## Le Mont-Orignal dispose d'un télésiège de six places

Le centre de ski « Mont-Orignal », du Lac Etchemin, a investi cette année 2,2 millions \$ et l'une de ses innovations majeures est l'installation d'un télésiège débrayable de six places que le directeur Pierre Gagnon estime unique en son genre.

Ce sera une attraction qui a déjà emballé les visiteurs du dernier « Salon du ski » de Place Bonaventure, à Montréal. Les Québécois pourront d'ailleurs en juger par eux-mêmes, du 1er au 3 novembre, lors

d'une présentation spéciale aux Galeries de la Capitale.

Le « Mont-Orignal » a aussi investi 520 000 \$ au coût du système existant pour équiper toutes ses pistes de canons à neige.

Trois nouvelles pentes « double damier noir » pour skieurs experts y feront aussi leur apparition, révèle M. Gagnon.

**FICHE TECHNIQUE**  
MONT-ORIGNAL, LAC-ETCHEMIN, 625-1551

**Nombre de pistes:** 14. **Dénivellement:** 296 m. Plus longue piste: 1828 m. **Remontées:** 1 fil-neige, 1 poma, 1 télésiège sextuple débrayable, 1 télésiège double. **Pistes éclairées:** 5 sur 14. **Planche à neige:** 90 % des pistes. **Services:** cafétéria, garderie, location et réparation d'équipement, école de ski, bar, boutique, chalets à louer sur place. **Enneigement artificiel:** 100%. **Ski de fond:** 40 km.

## PRÉ-VENTE DE BILLETS DE SAISON 1991-1992

## HAUSSEZ VOTRE PLAISIR EN SKIANT À BAS PRIX!

Jusqu'au 3 novembre, profitez d'un escompte sur le prix régulier de nos billets de saison.



Profitez-en pour vous offrir des pistes enneigées au maximum, du ski de soirée très illuminé, un chalet où l'ambiance est toujours à la fête et surtout, des équipements ultra-modernes dont le rapide télésiège quadruple débrayable.



Le Relais c'est aussi des activités spéciales organisées par une équipe d'animation hors pair. Mais surtout, c'est le centre de ski le plus près de Québec. On y fait un saut en 15 minutes!

Du samedi 19 octobre au dimanche 10 novembre 1991, profitez de notre SKI BAZAR.



## Ça va être... RELAIS!

CENTRE DE SKI • LAC-BEAU-PORT • QUÉBEC

3 nouvelles pistes éclairées! Sentier d'accès aménagé au sommet entre les pistes n° 1 et n° 15! Amélioration de la piste n° 1! Correction de la piste n° 3 pour la rendre plus rapide! Piste n° 5 remodelée pour la planche à neige!

## ABONNEMENT DE SAISON

NOUVEAUX PRIX (TPS incluse)

|                 |                                    | AVANT 4 novembre 1991 |
|-----------------|------------------------------------|-----------------------|
| PLAN INDIVIDUEL | 22 ans et plus                     | 460,00 \$             |
|                 | 15 à 21 ans                        | 435,00                |
|                 | 7 à 14 ans ou 60 ans et plus       | 305,00                |
|                 | Tous les sairs à partir de 15 h 00 | 250,00                |
| PLAN FAMILIAL   | 1 <sup>er</sup> billet             | 460,00 \$             |
|                 | 2 <sup>e</sup> billet              | 435,00                |
|                 | 3 <sup>e</sup> billet              | 275,00                |
|                 | 4 <sup>e</sup> billet              | 175,00                |
|                 | 5 <sup>e</sup> billet              | 110,00                |
|                 | Autres ou 6 ans et moins           | GRATUIT               |

## NOUVEAU LE LIVRET RELAIS-SKI

16 coupons détachables permettant à son détenteur de se procurer à la billetterie un billet journalier selon la catégorie d'âge et la période de la journée indiquées sur chacun des coupons. Informez-vous!

**ÉCONOMISEZ JUSQU'AU 3 NOVEMBRE!**  
Pas de TVQ.  
Rabais pré-saison en plus!

Ouvert tous les jours du 19 octobre au 3 novembre de 10h00 à 16h00.

La TPS est incluse dans les prix indiqués.

Pour plus d'information, composez le 849-1851.

À QUELQUES CENTIMÈTRES DE QUÉBEC!

## LE SKI DANS L'EST DU QUÉBEC

## Le Mont-Comi innove avec la gestion participative

Le contexte économique difficile, la concurrence et des changements dans les habitudes de consommation ont amené le centre de ski du Parc du Mont-Comi, près de Rimouski, à changer l'orientation de sa philosophie de gestion. Après réforme et assouplissement des structures, on a décidé de faire appel aux principes de la gestion participative axée sur la « qualité totale ». Pour accélérer le processus, on a décidé de partager les profits: 25 % pour les employés, 25 % pour les détenteurs de cartes de saison et le reste, après amortissement, pour le Parc.

En plus de cette nouvelle philosophie de gestion, le Mont-Comi innove, cette année, en se dotant d'un système d'enneigement artificiel. On a également aménagé une piste en demi-lune spécialement consacrée au « surf de neige ».

## FICHE TECHNIQUE

PARC MONT-COMI, ST-GABRIEL, 739-4858

**Nombre de pistes:** 18. **Déni- vellation:** 306 m. Plus longue piste: 1551 m. **Remontées:** 1 arbalète, 2 télésièges doubles, 1 tire-fesses. **Piste éclairée:** aucune. **Planche à neige:** oui « pipe ». **Services:** cafétéria, école de ski, garderie (fin de semaine et fériés), boutique, bar, location et réparation d'équipement. Condos et

chambres en location. Enneigement artificiel.

## Val d'Irène, pays de la vraie neige

Dominant la vallée de la Matapédia à une altitude de 2600 pieds, le centre de ski du « Val d'Irène » « vend » de la neige, de la neige naturelle, de la « vraie neige ».

Elle est destinée, bien sûr,



Le centre de ski du Val d'Irène domine la vallée de la Matapédia à une altitude de 2600 pieds.

aux skieurs du bassin gaspésien et bas-laurentien, sans pour autant ignorer les skieurs des Maritimes, de Québec et de Montréal que l'on invite à venir découvrir les plaisirs de « la vraie neige »... jusqu'en juin! On a fait preuve d'imagination pour créer une grande variété de forfaits mettant à contribution les bonnes tables et le côté accueillant des gîtes de la région.

L'existence d'un centre de ski à Bonaventure et la venue, l'an prochain, d'un autre centre

de ski à Pointe-à-la-Croix ne préoccupent pas outre mesure le directeur général Jacques Charette. Le produit et la qualité du service offert au « Val d'Irène » ont fait leurs preuves, affirme-t-il.

L'ouverture, l'an dernier, du centre de ski « Pin rouge », à New-Richmond, a peu affecté le « Val d'Irène », l'an dernier, assure M. Charette.

À titre promotionnel, le « Val d'Irène » consent un rabais de 50 % sur le prix d'une carte de saison, aux non-résidents de la MRC de la Vallée. « C'est pour

vices: garderie, école de ski, cafétéria, restaurant, bar, chalets, appartements ou chambres en location sur place, service de location et réparation. **Ski de fond:** 15 km.

## Val-Neigette, une station à vocation régionale

Avec ses 13 pistes présentant une dénivellation d'environ 200 mètres, le centre de ski du Val-Neigette se présente comme une station sans prétention et à vocation plutôt régionale, ce qui ne l'empêche pas de constituer un atout touristique important pour la région de Rimouski. Ainsi, plusieurs personnes de Québec et de Montréal apprécient sa proximité avec la métropole du Bas-Saint-Laurent et ses facilités d'accueil.

Les innovations de cette année sont modestes, sauf en ce qui concerne l'aménagement de la nouvelle piste en sous-bois, le réaménagement du terrain et l'amélioration des pentes de façon à les rendre plus sécuritaires.

L'enneigement artificiel des pistes devrait débuter à la mi-novembre pour favoriser un début de saison en décembre.

## FICHE TECHNIQUE

VAL-NEIGETTE, RIMOUSKI, 735-2898

**Nombre de pistes:** 13. **Déni- vellation:** 177 m. Plus longue piste: 1680 m. **Remontées:** 3 arbalètes, 1 télésiège quadruple. **Pistes éclairées:** 10 sur 12. **Planche à neige:** oui. Ser-

vices: cafétéria, garderie (fin de semaine), location et réparation d'équipement, bar, école de ski. **Pistes éclairées:** 10 pistes. **Enneigement artificiel:** 95 %.

## Les 31 heures de ski du Mont Béchervaise

Du 28 février au 31 mars, le « Mont Béchervaise » sera témoin d'un festival extra-régionale d'endurance physique: « la compétition des 31 heures de ski ». On est en train d'en préciser la programmation, indique son directeur, M. Serge Cassivy.

Entretiens, les 12 pentes à 85 % damées de neige artificielle et éclairées du « Mont Béchervaise » s'apprêtent à accueillir pour la mi-décembre des milliers de skieurs gaspésiens, bas-laurentiens et même néo-brunswickois. Mère Nature devra cependant faire sa part, opine M. Cassivy, en faisant allusion aux automnes doux que connaît souvent la région de Gaspé. À titre promotionnel, on offre gratuitement une carte de saison pour le ski de soirée à l'acheteur d'une carte-saison de jour.

## FICHE TECHNIQUE

MONT BÉCHERVAISE, GASPÉ, (418) 368-1457.

**Nombre de pistes:** 12 **Déni- vellation:** 280 m. Plus longue piste: 1300 m. **Pistes éclairées:** 4 pistes. **Remontées:** 4 téléskis. **Services:** cafétéria, bar, école de ski, location et réparation d'équipement, boutique.

Un condo au pied du mont...



## LE SKI AUX PREMIÈRES LOGES!

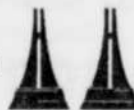
Le lancement de la phase II est pour très bientôt... Encore quelques unités de la PHASE I à liquider. Rabais jusqu'à **15 000\$**

Pavillon des ventes  
1000, boul. Beaupré  
au pied des pentes

Heures d'ouverture: 11 h à 17 h  
samedi et dimanche

VILLAGE  
TOURISTIQUE  
Mont Ste-Anne  
CARRIÈRES

NOBILIS  
TOUR D'OR



NOBILIS  
TOUR D'OR

COPROPRIÉTÉ • PROJET D'ENSEMBLE

Faites vite,  
le ski arrive!

827-8738



623-9343

## LE SKI DANS L'EST DU QUÉBEC

### Du ski en sous-bois à Grande Coulée

Au Centre de ski « Grande Coulée », à Saint-Pierre de Montigny, on vient d'aménager trois nouvelles pistes ainsi que deux nouvelles traverses entre les pistes, signale M. Daniel Racine.

On a aussi procédé à l'amélioration du fond des pistes, surtout les pistes abruptes. On a procédé à l'installation d'un nouveau relais au sommet de la montagne ainsi que de tableaux indiquant les conditions des pistes.

On y a par ailleurs établi une tarification uniforme pour les jours de la semaine (9,95 \$) ainsi que de fin de semaine (étudiants 9,95 \$, adultes 19,95 \$).

#### FICHE TECHNIQUE

LA GRANDE COULÉE, SAINT-PAUL-DE-MONTMINY, 469-3453

**Nombre de pistes:** 28. **Déni- vellation:** 353 m. Plus longue piste: 3300 m. **Remontées:** 2 chaises quadruples, 1 fil neige. **Piste éclairée:** Aucune. **Planche à neige:** 100 % des pistes. **Services:** cafétéria, relais à mi-montagne et au sommet, école de ski, garderie, bar, location et réparation d'équipement, boutique, 16 gîtes, auberge. **Ski de fond:** 5 km.

### La dernière année du Massif

Au Massif de Petite-Rivière-Saint-François, les responsables soutiennent, cette année encore, que les skieurs qui veulent vivre une expérience différente n'ont que cette année pour profiter de l'ambiance de

ce centre de ski, des installations mécaniques devant être installées le printemps prochain. Cela veut dire que le centre offrira ses pistes mi-poudreuses mi-damées avec les remontées en autobus. La capacité maximale d'accueil est de 350 personnes par jour. Le tarif pour une journée de ski est de 29,91 \$ plus TPS.

#### FICHE TECHNIQUE

LE MASSIF, PETITE-RIVIÈRE-SAINTE-FRANÇOIS, 435-3593

**Nombre de pistes:** 11. **Déni- vellation:** 770 m. **Remontées:** Par autobus. **Aucune piste éclairée.** **Planche à neige:** sur toutes les pistes. **Services:** bar, cafétéria.

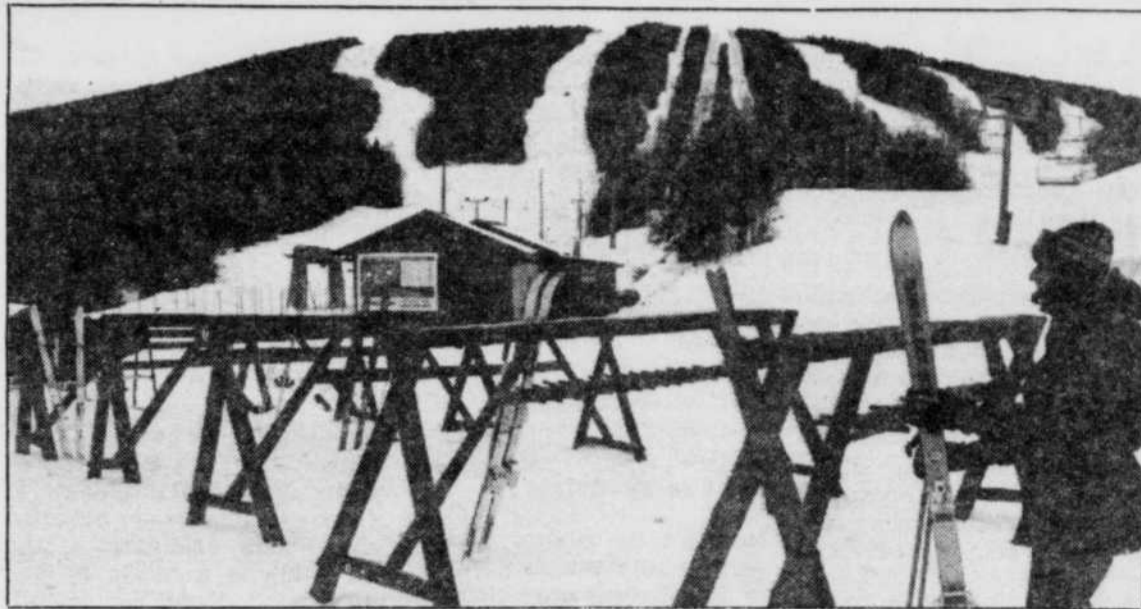
### Rien ne va plus à Mont-Grand-Fonds

Rien ne va plus à Mont-Grand-Fonds. Devant les déboires financiers de Raymond Malenfant, on ne sait même pas s'il y aura du ski à Mont-Grand-Fonds cet hiver. La décision appartient au syndicat. Des travaux importants pour la rénovation d'une remontée mécanique sont nécessaires.

#### FICHE TECHNIQUE

(sous toute réserve) MONT-GRAND-FONDS, LA MALBAIE, 665-4405

**Nombre de pistes:** 13. **Déni- vellation:** 335 m. Plus longue piste: 2500 m. **Remontées:** 1 télésiège double, 1 télésiège quadruple, 2 arbalètes. **Piste éclairée:** Aucune. **Planche à neige:** 3 pistes. **Services:** garderie (vend., sam., dim.), cafétéria, école de ski, boutique, bar, service de location et de réparation. **Enneigement artificiel (50%).** **Ski de fond:** 141 km.



À cause des déboires financiers de Raymond Malenfant, on ne sait même pas s'il y aura du ski à Mont-Grand-Fonds cet hiver.

RESERVATION  
STONEHAM

**CONDO-SKI  
SUPER SPÉCIAL**

du 5 janv. au 17 févr. 1992

**7 JOURS** pour le 5  
à partir de

**13\$ / par \***  
jour

\* occupation 6 pers.

Réservations  
**(418) 848-5555**

### Auberge La Camarine

POUR VOS VACANCES DE NEIGE  
RELAIS GASTRONOMIQUE

31 chambres douillettes, plusieurs avec foyer  
3 km du mont Sainte-Anne  
Service de navette privée

| Type de forfait | Basse | Moyenne | Haute |
|-----------------|-------|---------|-------|
| "Romance"       | 95\$  | 99\$    | 113\$ |
| "Évasion"       | 153\$ | 162\$   | 189\$ |
| "Gourmet"       | 199\$ | 213\$   | 235\$ |

\* Les prix sont par personne, pour le séjour, occupation double en chambre standard.

"ROMANCE": 1 nuit, 1 souper "gourmand", 1 déjeuner champêtre, pourboire.

"ÉVASION": 2 nuits, 1 souper "gourmand", 2 déjeuners champêtres, pourboire.

"GOURMET": 2 nuits, 1 souper "gourmand", 1 souper à la grande table de Serge Bruyère, 2 déjeuners champêtres, pourboire.

- Aussi disponible, forfait "vacances de neige" (5 jours)
- Billets de ski en vente à l'Auberge
- CAA-AAA/4 diamants • Silver Spoon Award • Gourmet magazine, juin 91

10947, boul. Sainte-Anne, Beupré G0A 1E0  
Réservations: 827-5703

### Centre de ski plus modeste

## Petite-Rivière: 10 millions \$ pour le Massif

Finis les rêves de grandeur au Massif de Petite-Rivière-Saint-François. Plutôt que d'un méga-projet de 20 millions de dollars, tel que suggéré par les études intervenants, le projet de développement du massif de Petite-Rivière-Saint-François a été révisé.

Le projet de développement du massif de Petite-Rivière-Saint-François a été révisé. Le gouvernement du Québec. Un projet qui a non seulement fait l'envie des skieurs mais aussi des investisseurs. Depuis un certain temps, le projet de développement du massif de Petite-Rivière-Saint-François a été révisé.

Le summum a été atteint quand on a décidé, en haut lieu, que la concrétisation du projet devait absolument passer par la réalisation d'un centre de ski exceptionnel capable d'attirer des skieurs sans nuire pour au-

Mais depuis les études des spécialistes, le temps a fait son oeuvre. Tant et si bien que les intervenants charlevoisins vont annoncer aujourd'hui que la Société de développement du massif de Petite-Rivière-Saint-François a été révisée.

CHARLEVOIX CHARLEVOIX CHARLEVOIX CHARLEVOIX CHARLEVOIX CHARLEVOIX CHARLEVOIX CHARLEVOIX CHARLEVOIX CHARLEVOIX

**TERRAINS  
FACE AU FLEUVE**

POUR RÉSIDENCE SECONDAIRE • 1 HEURE DE QUÉBEC  
PRÈS DU MASSIF QUI RECEVRA DES REMONTÉES MÉCANIQUES À L'ÉTÉ 1992  
SITE RÉSERVÉ À LA VILLÉGIATURE  
PHASES 1 ET 2 VENDUES

**32 300** PIEDS CARRÉS MINIMUM

**2 400 \$**

PAR ANNÉE, PENDANT 5 ANS, SANS INTÉRÊT  
PAS D'OBLIGATION DE CONSTRUIRE

POUR INFORMATIONS:  
Envoyez-nous copie de cette annonce ainsi que vos coordonnées par télécopieur au (418) 683-9712  
Ou encore communiquez avec le responsable du projet: M. Eric Foster, tél.: (418) 683-3579

Le Hameau du Massif est une réalisation de Charles B. Pettigrew et ass. 1091, chemin St-Louis, suite 206, Jillery, G1S 1E2

VENEZ NOUS RENCONTRER AU « SALON DU SKI » GALERIES DE LA CAPITALE 1-2-3 NOVEMBRE

LE HAMEAU DU MASSIF

## LE SKI DANS L'EST DU QUÉBEC

### Nouveau départ au Massif du Sud

À Saint-Philémon, la saison 1991-1992 va marquer un second départ pour corriger les ratés des deux dernières saisons attribuables à l'arrivée de la neige naturelle.

Avec l'élan donné par le Sommet socio-économique, promoteurs et investisseurs ont accepté de réinvestir. Ainsi, un montant de 900 000 \$ a été consacré à l'acquisition de canons « Turbo-Crystal » pour assurer l'enneigement artificiel de quatre des dix pistes. Le Massif du Sud en est à sa troisième saison.

En 1989-1990 et en 1990-1991, le manque de neige naturelle a fait désertier les skieurs, en décembre et plus spécialement durant la période des Fêtes. On a subi des pertes appréciables, mais cette année, le centre de ski entend mettre ses pistes au service des adeptes, dès le 15 décembre, assure le directeur général Guy Boudreault.

Le report de la TVQ devrait aussi aider à assurer la fréquentation du centre, dit-il.

Au niveau marketing, le Massif du Sud met en évidence la qualité particulière de la neige et le design de pistes aménagées en versant nord de montagne, à 3500 pieds d'altitude. Elles se prêtent particuliè-

rement bien au ski de printemps, de même qu'aux skieurs experts et intermédiaires.

Toutes les pistes seront accessibles au « surf sur neige », selon leur degré d'habileté. Mais les sportifs devront au préalable se faire accréditer par l'école de ski et se prêter à un test d'évaluation de cinq à dix minutes.

#### FICHE TECHNIQUE

MASSIF DU SUD, SAINT-PHILÉMON, (418) 469-3676

**Nombre de pistes et traverses:** 10. **Dénivellation:** 400 m. Plus longue piste: 3500 m. **Remontées:** 1 télésiège quadruple, 1 télésiège. **Pistes éclairées:** Aucune. **Planche à neige:** 100%. **Enneigement artificiel:** 40% des pistes. **Services:** cafétéria, bar, garderie, boutique, école de ski, location et réparation d'équipement, condos et motel en location. **Ski de fond:** 19 km.

### Place aux condos à la Crapaudière

La station de Sainte-Malachie ajoute un réseau de ski de fond d'une longueur de 15 kilomètres à son potentiel de ski alpin. Mais la dernière nouveauté, c'est la possibilité pour les visiteurs de louer un condo à proximité des pentes. On est en train de terminer la construction de 18 unités dont six sont

disponibles pour location. Il faut s'informer des prix à la station.

Un accent particulier a été mis sur la pente-école où les jeunes pourront s'amuser tout en apprenant à skier.

#### FICHE TECHNIQUE

LA CRAPAUDIÈRE, SAINT-MALACHIE, 642-5171

**Nombre de pistes:** 10. **Dénivellation:** 290 m. Plus longue piste: 1884 m. **Remontées:** 1 fil neige, 1 télésiège quadruple. **Pistes éclairées:** 4 sur 10. **Planche à neige:** (9 des 10 pentes). **Services:** cafétéria, bar, école de ski, garderie, boutique, location et réparation d'équipement, condos et chalets en location. **Enneigement artificiel:** 80%. **Ski de fond:** 1 piste (10 km).

### Le Valinouët : pour la neige et les forfaits

Cela fait maintenant huit ans que tout est en place au Valinouët (près de Chicoutimi) pour du ski sur neige naturelle. « On est en avance de deux années sur notre échéancier d'immobilisation, de sorte que nous n'avons pas, cette fois-ci, procédé à des immobilisations majeures », lance Mme Nathalie Drouin, la porte-parole de la station. Des travaux de consolidation, d'irrigation, en plus de

la construction de quatre autres condos disponibles pour location (418-675-2541). Pour les gens de la région de Québec, la station Le Valinouët offre d'intéressants forfaits de ski disponibles auprès de Tours Chicoutimi (1-800-463-6565).

#### FICHE TECHNIQUE

LE VALINOUËT, CHICOUTIMI, 673-3455

**Nombre de pistes:** 24. **Dénivellation:** 350 m. Plus longue piste: 1950 m. 6 pentes à bosse. **Remontées:** 1 télébarre, 2 télésièges quadruples, 1 télésiège à trois places. Capacité totale de 7200 skieurs à l'heure. **Planche à neige:** 1 piste demi lune (half-pipe). **Services:** cafétéria, restaurant, bar, école de ski, garderie, location et réparation d'équipement, boutique, condos et chalets en location sur place. **Ski de fond:** 40 km.



Pour les gens de la région de Québec, la station Le Valinouët offre d'intéressants forfaits de ski disponibles auprès de Tours Chicoutimi (1-800-463-6565).

### Autres centres de ski

#### FICHE TECHNIQUE

MONT-ADSTOCK, THETFORD-MINES, 422-5649

**Nombre de pistes:** 16. **Dénivellation:** 335 m. **Remontées:** 1 télésiège quadruple, 1 télésiège double, 1 arbalète. **Pistes éclairées:** 2 sur 16. **Planche à neige:** 100%. **Services:** cafétéria, salle à diner, location et réparation d'équipement, école de ski, bar, boutique de dépannage. **Enneigement artificiel:** (80%).

#### FICHE TECHNIQUE

CENTRE DE SKI MUNICIPAL DE SAINT-RAYMOND, SAINT-RAYMOND DE PORTNEUF, 337-2866.

**Nombre de pistes:** 7. **Dénivellation:** 95 m. **Pistes éclairées:** 2. Plus longue piste: 665 m. **Remontées:** 1 t-bar. **Planche à neige:** 100% des pistes. **Services:** cafétéria, bar, école de ski, location et réparation d'équipement.

#### FICHE TECHNIQUE

MONT CASTOR, MATANE, 562-1513

**Nombre de pistes:** 11. **Dénivellation:** 185 m. **Pistes éclairées:** 3. Plus longue piste: 1166 m. **Remontées:** deux pomas, 1 file neige. **Planche à neige:** 70% des pistes. **Services:** cafétéria, bar, école de ski, location et réparation d'équipement.

#### FICHE TECHNIQUE

CENTRE DE SKI DU MONT ÉDOUARD, ANSE ST-JEAN, 1-800-363-3743 ou (418) 272-2112

**Nombre de pistes:** 19. **Dénivellation:** 450 m. **Pistes éclairées:** non. Plus longue piste: 300 m. **Remontées:** 2 télésièges quadruples, 1 file-neige. **Planche à neige:** 100%. **Services:** cafétéria, bar, école de ski, location et réparation d'équipement, boutique, garderie. 13 km de ski de fond. **Enneigement artificiel.** Forfaits disponibles avec les aubergistes de la région.

LAISSEZ-VOUS TRANSPORTER

VERS UN NOUVEAU MONT



TÉLÉSIÈGE SEXTUPLE DÉBRAYABLE  
UNIQUE AU MONDE

Venez voir et essayer la chaise du télésiège sextuple au stand du Mont Original, aux Galeries de la Capitale, les 1er, 2 et 3 novembre.



#### MONT ORIGINAL

160, Rang Grande-Rivière  
Sainte-Germaine du Lac-Étchemin  
GOR ISO Tél.: 418-625-1551

Venez découvrir le nouveau Mont :

- SKIEZ À L'HEURE
- 3 NOUVELLES PISTES, DOUBLE DAMIER
- ENNEIGEMENT ARTIFICIEL À 100%

Venez nous rencontrer, on vous attend!

STATIONNEMENT *Mont Ste-Anne*

Faites-vite!

Ne marchez plus!

25 PLACES DISPONIBLES À 200 PIEDS DE LA TÉLÉCABINE

N'hésitez plus, réservez maintenant

GESTIPARC INC.

628-6852

# Le ski de randonnée dans la région

La grande popularité que connaît depuis quelques années le ski alpin partout au Québec n'a pas pour autant diminué l'intérêt pour le ski de randonnée. Ce sport, que l'on peut pratiquer seul ou en groupe, demande un investissement relativement peu élevé tant pour l'équipement que pour l'utilisation des nombreuses pistes qui sillonnent tout le territoire québécois. La région de la Capitale est particulièrement bien pourvue en pistes de ski de randonnée comme on pourra le constater en consultant la liste qui suit :

## BEAUPORT

Camping municipal de Beauport, 95, rue Sérénité, (418) 666-2228 ou (418) 666-2155. Sentiers (km) : 17. Une piste éclairée ouverte jusqu'à 22 h. Un refuge chauffé. Salle de fartage (fin de semaine). Gratuit.

## CAP ROUGE

Centre de ski de fond de Cap Rouge. Club de golf, 4600, rue Saint-Félix (418) Sentiers (km) : 38. Pistes : 8. Un refuge chauffé. Salle de fartage. Gratuit.

## CHARLESBOURG

Ski de fond Charlesbourg, 375, rue Saint-Alexandre. Accès : route 73, sortie George-Muir, (418) 849-9054. Sentiers (km) : 194. Pistes : 22. Trois refuges chauffés, location d'équipement, salle de fartage.

## LAC-BEAUPORT

— Club Mont-Tourbillon, 55, Montée du golf. Accès : route 73, sortie 157, (418) 849-4418. Sentiers (km) : 60. Pistes : 7. Deux refuges chauffés. Une piste (5 km) éclairée en soirée jusqu'à 22 h.  
— Les Sentiers du Moulin, 99, chemin du Moulin. Accès : route 175, route 73. (418) 849-9652. Sentiers (km) : 200. (intercentre avec Le Refuge : 50 km). Pistes : 18. 3 pistes pour le skating. Quatre refuges chauffés. Salle de fartage. Chalet avec foyer, casse-

croûte, bar. Location d'équipement et de casiers. Possibilité de raquettes hors-piste.

## LAC-DELAGE

Manoir du Lac Delage, 40, avenue du Lac. Accès : route 73 N, 371 chemin Grande Ligne, (418) 848-2551 ou 1-800-463-2841. Sentiers (km) : 2. Piste : 1. Restauration. Location d'équipement. Salle de fartage.

## LAC-SAINT-JOSEPH

« La Vigie », 550, boul. Thomas-Maher. Accès : route 440, sortie 295, route 367 N. (418) 875-2727. Sentiers (km) : 18. Réservé aux clients.

## LAC-SERGENT

Base de plein air éducatif « Quatre Saisons », 1149, zone C, Accès : route 40, 367 N., (418) 875-2792. Sentiers (km) : 30. Pistes : 7. Un refuge chauffé. Location d'équipement. Salle de fartage.

## LORETTEVILLE

Club de golf de Lorette, 12 986 Mgr Cooke. Accès : route 440, 73N., boul. Henri IV N., (418) 842-8441. Sentiers (km) : 25. Pistes : 3. Gratuit. Restauration. Salle de fartage.

## MONT-GRAND-FONDS

(sous toute réserve) 1000 chemin des Loisirs, La Malbaie. Accès : via 138. Tél.: (418)665-4405.

Sentiers (km) : 141. Pistes : 14. Quatre refuges chauffés.

## QUÉBEC

— Centre récréatif Neufchâtel, 2, boul. Chauveau. Accès : route 40, sortie boul. Masson, (418) 691-6284. Sentiers (km) : 4. Gratuit.  
— Domaine Maizerets, 1000, ave. de la Vérendrye. Accès : 138, boul. Sainte-Anne, (418) 691-6284. Sentiers (km) : 2. Gratuit.  
— Parc Victoria, 10, rue Robert-Rumilly. Accès : route 73, (418) 691-6284. Sentiers (km) : 3. Gratuit.  
— Parc des champs de bataille, Grande-Allée, chemin Saint-Louis, (418) 648-4212. Sentiers (km) : 11. Pistes : 5. Salle de fartage. Gratuit.

## RÉSERVE FAUNIQUE DES LAURENTIDES

Camp Mercier (SÉPAQ). Accès : route 175 N., (418) 848-2422 ou conditions de ski : (418) 848-1037. Sentiers (km) : 192. Pistes : 15. Six refuges chauffés. Cafétéria. Location d'équipement. Salle de fartage. Boutique. Clinique de premiers soins.

## RIVIÈRE-À-PIERRE

Réserve faunique de Portneuf (MLCP). Accueil Talbot. Accès : route 40, 365 ou 367N, 6 km N. de Rivière-à-Pierre, (418) 323-2021. Sentiers (km) : 50. Pistes : 7. Relais. Gratuit.

## SAINT-ADOLPHE

Centre de plein air « Le Refuge », 1186, rue Saint-Edmond. Accès : route 73, 175 N, (418) 848-3329. Sentiers (km) : 135 (intercentre avec Les Sentiers du Moulin). Pistes : 15. Deux refuges chauffés. Restauration. Garderie. Location d'équipement. Salle de fartage.

## SAINTE-BRIGITTE-DE-LAVAL

Centre de ski de fond Sainte-Brigitte, 8, rue de la patinoire. Accès : route 40, sortie Seigneuriale et chemin de Laval., (418) 825-2603 ou (418) 825-2515. Sentiers (km) : 20. Gratuit.

## SAINT-CASIMIR

Gîte de l'Écureuil, Accès : route 138, 354 O., 363 N., boul. Lamontagne. (418) 339-2433. Sentiers (km) : 54. Pistes : 7. Deux refuges chauffés. Restauration. Salle de fartage.

## SAINTE-CATHERINE-DE-LA-JACQUES-CARTIER

Station forestière Duchesnay (SÉPAQ), 134, route Duchesnay, Accès : route 40, route 367, (418) 875-2147 ou conditions de ski : (418) 875-4222. Sentiers (km) : 150. Pistes : 11. Cinq refuges chauffés. Boutique. École de ski. Clinique de premiers soins. Restauration. Location d'équipement. Salle de fartage.

## SAINT-FERRÉOL-LES-NEIGES

Parc du Mont-Sainte-Anne (SÉPAQ), Accès : route 138, route 360 E., rang Saint-Julien, St-(418) 826-2323 ou (418) 827-4561 poste 408. Conditions de ski : Québec : (418) 827-4579. Sentiers (km) : 220. Pistes : 21. Huit refuges chauffés. Un chalet principal avec cafétéria, Auberge du Fondeur (hébergement dans les pistes), possibilité de réservation de refuges pour une nuit, possibilité de ski de longue randonnée, salle de fartage, douches, boutique de ski, comptoir d'information, garderie, location d'équipement.

## SAINTE-FOY

Base de plein air, Maison du Lac, 3135, rue Laberge. Accès : boui. Duplessis ou boul. Charest, (418) 654-4641 ou (418) 654-4007. Sentiers (km) : 11. Pistes : 3. Un refuge chauffé. Restauration. Location d'équipement. Salle de fartage.

## SAINT-ROMUALD

Club de ski de fond, des Grandes Prairies. Accès : route 20 ou route 132, (418) 839-1919. Sentiers (km) : 35. Salle de fartage. Premiers soins. Salle communautaire.

## SAINT-UBALDE

Les Sapins verts de Saint-Ubalde, 2300, chemin du Lac Blanc. Accès : route 363. (418) 277-2415. Sentiers (km) : 52. Pistes : 5. Cinq refuges chauffés. Salle de fartage.

## VAL-BÉLAIR

Base de plein air, 1560, av. de la Montagne O. Accès : boul. Henri IV N., route 369, (418) 842-7769. Sentiers (km) : 37.6. Pistes : 7. Un refuge chauffé. Restauration. Location d'équipement. Salle de fartage. Glissade pour enfants.

## VALCARTIER

Village des sports, 1860, boul. Valcartier. Accès : boul. Henri IV N., route 40, route 371 N. (418) 844-3725. Sentiers (km) : 40. Pistes : 10. Un refuge chauffé. Restauration. Location d'équipement. Salle de fartage.



La région de Québec : un paradis pour le ski de randonnée !

# BAnQ NUMÉRIQUE

## *Page(s) manquante(s) ou non-numérisée(s)*

Veillez vous informer auprès du personnel de BAnQ  
en utilisant le formulaire de référence à distance, qui se trouve en ligne :

[https://www.banq.qc.ca/formulaires/formulaire\\_reference/index.html](https://www.banq.qc.ca/formulaires/formulaire_reference/index.html)

ou par téléphone **1-800-363-9028**

**Bibliothèque  
et Archives  
nationales**

Québec 