



plaisirs

DINER

ÉDITION SPÉCIALE
le Progrès



COLLABORATION SPÉCIALE

La région du Saguenay–Lac-Saint-Jean regorge d'endroits incontournables pour y faire de la raquette. Ce sport, qui peut se pratiquer autant seul, qu'en famille, ou entre amis, permet de prendre l'air tout en s'amusant. Certains préfèrent les sentiers battus, et d'autres adorent en sortir. Les choix de parcours dans la région sont infinis, mais voici quelques suggestions qui valent bien le détour!

À SAGUENAY

Le parc des Monts-Valin est un endroit exceptionnel pour les amateurs de raquette. Les 77 km de sentiers permettent de se balader dans les plus hautes montagnes du Saguenay—Lac-Saint-Jean. La Vallée des Fantômes, nommée ainsi puisque les arbres ensevelis de neige rappellent ces êtres, est sans aucun doute son chemin le plus populaire. Il est de 3 km, et permet de se rendre au pic Dubuc. Pour vous y rendre, il est recommandé de réserver sa place dans un minibus sur chenilles qui apporte les visiteurs au début de cette randonnée. La location de raquettes y est également possible. Des frais pour l'accès au parc vous seront demandés.

Si vous préférez une activité gratuite, vous pouvez toujours vous rendre au Parc de la rivière du Moulin, qui offre 17 km de sentiers balisés. Les niveaux de difficulté de ces derniers vont de facile à très difficile. On peut louer de l'équipement à petits prix, et la location est gratuite pour les enfants de 12 ans et moins.

À PETIT-SAGUENAY

Le sentier raconté, *Le monde enchanté de mon enfance*, est une expérience unique à Petit-Saguenay. Une famille voulant garder la magie de leur enfance a aménagé un chemin de raquette qui raconte une histoire. Dans ce parcours, on rencontre des sculptures, un lac avec un barrage, une caverne, des ruisseaux et six chutes. On traverse aussi plusieurs ponts couverts où sont exposés des photos et des poèmes d'artistes célèbres. En plus, les raquetteurs peuvent tomber sur un arbre de 200 ans, dont son tronc est en forme de «S». Dans ce parc, il y a en tout cinq sentiers de niveau difficile à intermédiaire. L'activité est gratuite, et 10 \$ par personne pour une sortie avec un accompagnateur.



À ALMA

À Alma, c'est plutôt vers le parc de la Pointe-des-Américains qu'il faut se tourner. Cet endroit rassemble près de 7 km de sentier pour débutants, donc l'endroit parfait pour commencer ce passe-temps en famille. L'accès y est gratuit et une carte des sentiers est disponible au bureau d'information touristique de la municipalité.

À DOLBEAU-MISTASSINI

Pour un tour du lac Saint-Jean complet, il faut arrêter dans le parc régional des Grandes Rivières du lac Saint-Jean pour y apercevoir des paysages à couper le souffle. Il y a en tout plus de 40 km de sentiers pour débutants et intermédiaires, donc, pour tous les goûts. Pour ceux qui préfèrent les activités plus rapides, il y a des chemins de moins d'un kilomètre, et certains plus longs. Le secteur Racine-Vauvert contient un sentier de plus de 15 kilomètres.

LE SKI DE FOND À PEAU: LA RÉVOLUTION DU SPORT

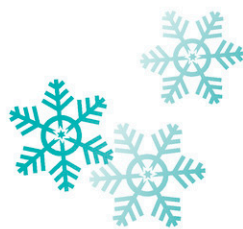
COLLABORATION SPÉCIALE

Le ski de fond à peau, vous connaissez? Cette nouveauté, apparue sur les tablettes en 2009, a connu une énorme hausse de popularité dans les dix dernières années. Aussi connue sous son nom anglais «skins», cette peau synthétique ajoutée sur les skis élimine le besoin de fartage, puisqu'elle est sans entretien. En plus, ces skis sont performants dans 95 % des conditions.

Selon Dominic Piché, copropriétaire et conseiller chez Vo2, cette tendance est en train de prendre d'assaut le sport populaire. «Avant, les gens utilisaient les cires selon le meilleur de leurs connaissances, mais il y avait souvent des problèmes techniques reliés à leur choix. C'était frustrant pour eux!», a commenté le copropriétaire. Selon lui, les peaux éliminent les casse-têtes reliés au sport, en le rendant plus simple. Les gens qui les utilisent économisent énormément de temps. De plus, on en retrouve pour tous les niveaux de skieurs et tous les porte-feuilles.

Il y a des équipements pour tous les sports hivernaux de longue haleine chez Vo2. Entre autres, on y retrouve tout ce qu'il faut pour pratiquer le fatbike, dont deux compagnies québécoises, Spherik et Garneau, ainsi que différents types de raquettes. Si l'envie vous prend pour le ski hors piste, ou haute route, c'est l'endroit où il faut aller pour s'équiper!

Toute l'équipe de Vo2 saura vous conseiller et vous offrir un service personnalisé grâce à son expertise. Ses professionnels qualifiés sauront vous aider à trouver l'équipement qui vous convient, pour que vous puissiez vous amuser dans votre nouveau sport. Profitez-en et retrouvez le goût de jouer dehors!



Ski de fond avec peaux synthétiques.



5354030

Vo2
VÉLO - SKI - COURSE

**PROFITEZ DE VOS
plaisirs d'hiver** 
1529, BOULEVARD TALBOT • 418.973.6116

**DE TOUT POUR
LE FATBIKE**
VÉLOS ET ACCESSOIRES



↳ **RABAIS DE
25%**
SUR NOS
VÉLOS 2018

**PROMOTION
SKI DE FOND**



À l'achat d'un équipement complet, jusqu'au 15 décembre, vous pouvez gagner **50%** de votre achat en tournant la roulette chanceuse. Tout le monde gagne!

Cours de ski de fond **GRATUIT**
au Parc Rivière-du-Moulin

 **MADSHUS**  **PELTONEN**  **ATOMIC**

**RAQUETTE
COURSE
MARCHÉ**



TSL
TSL OUTDOOR

La crème des raquettes
Système Step-In

Rég.: 370\$

**SPÉCIAL
310\$** + taxes



Votre destination par excellence pour
continuer à marcher et courir cet hiver!

LE MONT-ÉDOUARD

ATTEINT DE NOUVEAUX SOMMETS

Mélissa Bradette

Rédactrice publicitaire
mbradette@lequotidien.com

Pour le plus grand bonheur des amateurs de sports de glisse, le Mont-Édouard a lancé sa saison très tôt et pourra la prolonger plus longtemps au printemps, grâce à son nouveau système d'enneigement automatisé. La station de L'Anse-Saint-Jean a officiellement ouvert ses pistes aux skieurs et planchistes depuis le 17 novembre dernier. Du jamais-vu!

Pionnier de l'enneigement automatisé

Le Mont-Édouard, qui a investi 1,3 M\$ cette année pour améliorer son offre est maintenant équipé de la plus haute technologie d'enneigement au Québec. En fait, il s'agit du premier système d'enneigement automatisé dans la province. Ce type de système ultraperformant est généralement utilisé dans des stations d'envergure, par exemple à Val-d'Isère, en France.

Outre le fait qu'il soit automatisé, ce système offre l'avantage de choisir le type de neige fabriqué. Il permet aussi de faire de la neige à des températures plus chaudes. Dès que le mercure atteint -1 °C le système peut être mis en marche, comparativement aux autres modèles de canons à neige, qui requièrent une température d'au moins -8°C pour démarrer l'enneigement.



UN TERRAIN DE JEU

Le Mont-Édouard, c'est plus qu'une montagne de ski, c'est un terrain de jeux hivernal pour les amateurs de plein air. Les investissements de cette année et des années précédentes ont permis de développer une offre multisports qui permet à la station de se distinguer comme un véritable centre de plein air. En nouveauté, la montagne est maintenant accessible aux vélos de type «fatbike». Elle dispose d'un sentier entretenu spécifiquement dédié à eux.

Soulignons également que les 30 km de sentiers de raquette et 10 km de sentiers de ski de fond entretenus sont toujours offerts à bas prix pour s'assurer que le site récréatif demeure accessible à tous.

Secteur du Grand Pic

Autre nouveauté, la station anjeannoise a agrandi son terrain de haute route, avec l'ajout d'un quatrième secteur, soit celui du Grand Pic. Ce dernier culmine à 800 mètres d'altitude et offre 1 km de piste sur 400 mètres de dénivelé. En raison de son altitude, la neige y est d'une qualité exceptionnelle. Les mordus de haute route à la recherche d'un bon défi y trouveront chaussure à leur pied. Ce secteur destiné aux skieurs et planchistes de calibre avancé a non seulement un bon dénivelé, mais en plus ses «pitches» en imposent. Les skieurs et planchistes qui s'y aventureront devront faire preuve d'agilité et de témérité!

Un refuge a également été construit pour accueillir les amateurs de liberté et de poudreuse qui veulent prolonger leur aventure dans le secteur durant plus d'une journée. Le refuge du Grand Pic peut loger confortablement quatre personnes, mais accommoder jusqu'à six personnes. Ceux qui veulent y séjourner ne doivent pas tarder à réserver, car le calendrier de réservations pour ce nouveau refuge se remplit rapidement!

Avec l'ajout du secteur Grand Pic et d'un troisième refuge, le Mont-Édouard vient confirmer son titre de haut lieu du ski d'aventure. La station de L'Anse-Saint-Jean est indéniablement «LA» destination de premier choix au Québec pour pratiquer le hors-piste dans un territoire encadré et patrouillé.

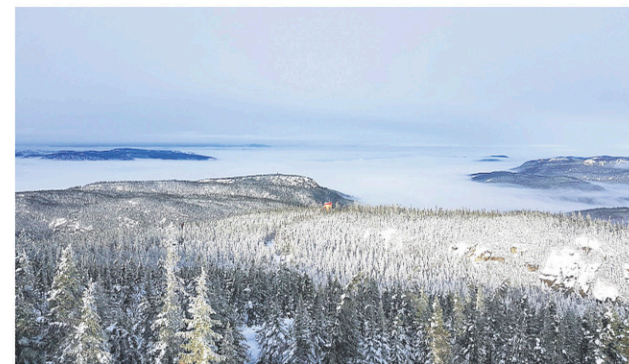
Hôte des Championnats canadiens 2019

Reconnu depuis longtemps comme le paradis de la neige et des sous-bois, le Mont-Édouard s'inscrit désormais parmi les montagnes d'exception dans le monde de la compétition, grâce à sa piste homologuée par la Fédération internationale de ski (FIS). La piste N°4, soit la Desjardins, est la seule piste au Québec possédant l'homologation FIS de la catégorie Super G.

L'an passé, la station anjeannoise a été l'hôte du Critérium U16, soit l'événement le plus important dans le domaine du ski alpin, après les Jeux du Québec. Cette année, elle recevra l'élite canadienne du ski alpin, à l'occasion des Championnats canadiens 2019 des calibres U18, U21 et seniors; la plus importante



Le Mont-Édouard est équipé de la plus haute technologie d'enneigement automatisée au Québec.



Nouveau secteur haute route du Grand Pic.

Photo Jonathan Brabant

épreuve au pays. Dans le cadre de ces internationaux du ski, quelque 200 athlètes de niveau national et international débarqueront au Mont-Édouard. Cet événement national en super-G, en slalom géant, en slalom et en combiné alpin aura lieu du 23 au 28 mars 2019.

Une montagne dynamique

Cet hiver, les amateurs de sports de glisse ont rendez-vous au Mont-Édouard. Plus dynamique que jamais, la station de ski proposera plusieurs activités durant la saison 2018-2019. Surveillez sa page Facebook pour ne rien manquer de sa programmation!



Le Mont-Édouard a la seule piste au Québec possédant l'homologation FIS de la catégorie Super G. Sur la photo Critérium U16, février 2018.



Véritable paradis de la poudreuse, le Mont-Édouard reçoit en moyenne 6 mètres de neige par hiver.



une montagne
— DE —
PLAISIRS!



*Plus qu'une
 station de ski,
 un vrai terrain
 de jeu!*

- SKI ALPIN
- PLANCHE À NEIGE
- SKI DE HAUTE-ROUTE
- RAQUETTES
- SKI DE FOND
- FAT BIKE
- SKI DE COMPÉTITION
- GLISSADES EN TUBE



MONTEDOUARD.COM





5291671

INITIATIONS AUX ACTIVITÉS HIVERNALES DU SAGUENAY GRÂCE À **OKWARI AVENTURES**



COLLABORATION SPÉCIALE

Okwari Aventures, une division de Contact-Nature Rivière-à-Mars propose une nouvelle formule pour découvrir un maximum d'activités, cet hiver. Celles-ci permettent de bouger, sans se soucier d'acheter tous les équipements nécessaires, et de passer un bon moment avec ses amis, collègues ou membres de la famille. Le froid ne semblera plus si ennuyant, avec toutes ces propositions d'initiations.

De la raquette entre deux parois de roc, c'est ce que permet l'exploration guidée par un membre de l'équipe d'Okwari Aventures. Le guide vous fait visiter dans la Passe-Du-Matelos, un chemin d'environ quatre kilomètres, qui mène à un magnifique belvédère. Tout au long, les participants longent une faille rectiligne surplombée d'une chute pavée de givre et de glace. Le chemin est reconnu pour ses paysages à couper le souffle.

Il est aussi possible de lier la demi-journée de raquette, avec la randonnée en traîneau à chiens, pour profiter d'une journée complète d'activités hivernales. Les chiens Alaskan vous emmèneront dans les plus beaux coins de la forêt boréale. L'excursion en traîneau à chiens peut aussi être choisie en demi-journée, seule.

Pour vivre une expérience hors du commun, il faut essayer la pêche sur glace. Dans une tente chauffée, en compagnie d'un guide expérimenté, les participants apprennent les techniques de base de ce sport hautement populaire dans la région. En plus, ils se retrouvent dans l'un des plus grands villages de pêche sur glace au monde. Okwari Aventures s'assure d'offrir des breuvages chauds aux pêcheurs, pendant qu'ils attrapent des éperlans, du sébaste et de la morue! Pour ceux qui

cherchent une journée complète d'activités, sachez qu'il est possible de prendre cette activité en demi-journée, en journée complète ou avec une excursion en motoneige. Les participants se rendent en motoneige, en passant par de magnifiques paysages hivernaux, au site de pêche. Tout l'équipement nécessaire à l'activité est prêté par Okwari Aventures.

Pour une journée qui sort de l'ordinaire, qui fait bouger, mais surtout, qui ne sera pas oubliée de si tôt, réservez une activité à Okwari Aventures. Tous les détails se retrouvent sur le site Internet de Contact-Nature Rivière-à-Mars, dans sous l'onglet Okwari Aventures. Les réservations d'activités peuvent se faire en ligne.



CONTACT NATURE
OKWARI AVENTURES

**L'authentique
expérience
hivernale
au Saguenay!**

5 forfaits hivernaux :

1. Exploration en raquettes dans la forêt boréale
2. Initiation ou journée complète de pêche sur glace
3. Excursion en traîneau à chiens
4. Journée complète traîneau à chiens et raquettes
5. Journée complète pêche blanche et motoneige



Réservation en ligne :
www.contact-nature.ca

418 697-5132

Visitez notre page Facebook



DES SKIS DE CONCEPTION QUÉBÉCOISE

QU'ON PREND PLAISIR À CHAUSSER

Mélissa Bradette
Rédactrice publicitaire
mbradette@lequotidien.com

Depuis quelques années, l'industrie du ski a vu s'introduire des micromarques de skis 100 % québécoises, qui ont su faire leur place sur le marché. Ces compagnies dirigées par de jeunes entrepreneurs dynamiques ont fait leur marque en se spécialisant dans la fabrication de skis alpins haut de gamme.

Raccoon

Freeride, haute-route, piste, tout-terrain la collection de skis de Raccoon est en mesure de répondre aux besoins de tous les types de skieurs. Quel que soit le modèle choisi, une chose est sûr, un ski Raccoon est un ski puissant. Composés d'érable de première qualité, de nylon autrichien, les skis Raccoon combinent design et performance. Il n'est pas surprenant que cette marque créée en 2010 par Sébastien Moquin et Jonathan Bourgeois, gagne de plus en plus d'adeptes. Pour la saison 2018-2019, Raccoon présente sur son site Web plusieurs nouveautés qui feront le plaisir des skieurs aguerris : www.raccoonskis.com/

Xalibu Skis Conception

Avec leur design unique et artistique, les skis Xalibu ne passent pas inaperçus. Expressément pensés et conçus pour la randonnée alpine et le télémark, les skis Xalibu sont sans égal en ski hors-piste. Faits de matériaux légers et durables, ils sont ultrasefficients en montée, tandis que leur forme offre une excellente expérience de glisse en poudreuse. Xalibu Skis Conception, une entreprise de Rimouski, propose en nouveauté le Torngat un ski

vif, très manoeuvrable et qui répond facilement. Pour en savoir plus : www.xalibuskis.com.



Que ce soit des pistes damées, des bosses ou des sous-bois, le Boréal, un ski tout-terrain performera où que vous soyez. Son noyau en érable le rend puissant et dynamique de la spatule au talon. Une nouveauté 2018 signée Raccoon à découvrir cet hiver!

Photo Raccoon

Scie à chaîne à essence
MS 170

Cylindrée..... 30,1 cm³
Puissance..... 1,3 kW
Poids..... 3,9 kg (8,6 lb)*

STIHL

25995 \$
PDSM avec guide-chaîne de 16 po

ÉCONOMIES AUTOMNALES 2018

RECEVEZ UNE TROUSSE WOOD-PRO™ GRATUITE
à l'achat d'une scie à chaîne STIHL sélectionnée.*

* Coffre Woodsman™ • Chaîne OILOMATIC™ • Casquette STIHL

<p>Scie à chaîne à essence MS 180 C-BE</p> <p>31,8 cm³/1,5 kW/4,2 kg (9,3 lb)*</p>		<p>37995 \$ PDSM avec guide-chaîne de 16 po</p>
<p>Scie à chaîne à essence MS 250</p> <p>45,4 cm³/2,3 kW/4,6 kg (10,1 lb)*</p>		<p>44995 \$ PDSM 459,95 \$ avec guide-chaîne de 16 po</p>
<p>Scie à chaîne à essence MS 271</p> <p>50,2 cm³/2,6 kW/5,6 kg (12,3 lb)*</p>		<p>54995 \$ PDSM 549,95 \$ avec guide-chaîne de 16 po</p>
<p>Scie à chaîne à essence MS 362 C-M</p> <p>59,0 cm³/3,5 kW/5,6 kg (12,3 lb)*</p>		<p>89995 \$ PDSM 899,95 \$ avec guide-chaîne de 16 po</p>

POUR UN TEMPS LIMITÉ

MS 291
Scie à chaîne à essence

49995 \$
PDSM 609,95 \$ avec guide-chaîne de 16 po

55,5 cm³/2,8 kW/5,6 kg (12,3 lb)*

POUR UN TEMPS LIMITÉ SEULEMENT PRIX SANS TROUSSE WOOD-PRO™

Les détaillants peuvent vendre à prix moindre. Les prix des scies à chaînes, outils motorisés et accessoires sont en vigueur jusqu'au 30 novembre 2018. Les descriptions et les illustrations sont exactes au mieux de notre connaissance au moment de la publication et sont modifiables sans préavis. STIHL Limité n'est pas responsable des erreurs d'impression et le détaillant STIHL local détient le pouvoir final de décision des prix des produits. Les prix sont valides uniquement chez les détaillants participants. *Poids moteur seulement. ** Ne manquez pas votre chance de recevoir la trousse Wood-Pro™. Achetez simplement une des scies à chaîne sélectionnées d'ici le 30 novembre 2018 et vous recevrez GRATUITEMENT une trousse STIHL Wood-Pro™. Cette trousse comprend un coffre Woodsman™, une casquette STIHL et une chaîne de rechange OILOMATIC™, le tout d'une valeur de 85\$! Le modèle de casquette peut varier. Cette offre est en vigueur jusqu'au 30 novembre 2018 ou jusqu'à épuisement des stocks. Modèles admissibles : MS 170, MS 171, MS 180 C-BE, MS 181 C-BE, MS 193 C-E, MS 211, MS 241 C-M, MS 250, MS 251, MS 251 C-BE, MS 261 C-M, MS 271, MS 291 C-BE, MS 362 C-M ET MS 391.

<p>CENTRE DE SERVICE G.D.L. 131, St-Ephrem Chicoutimi-Nord 418.549.8887</p>	<p>COOP NUTRINOR 1695, boulevard Talbot Chicoutimi 418.549.4770</p>	<p>DISTRIBUTION DRB LTÉE 50, des Érables Métabetchouan 418.349.2822</p>	<p>GAUDREAU MINI MÉCANIQUE 777, route 169 Albanel 418.276.5203</p>
<p>J.M. BOUCHARD ET FILS INC. 741, rue Principale Dalmas 418.374.2342</p>	<p>LA BAIE MOTEUR ENR. 1131, boul. Grande-Baie Sud La Baie 418.544.3881</p>	<p>MECALAC ÉQUIPEMENT DE PELOUSE, FORÊT ET JARDIN 2562, du Pont N., Alma 418.668.5155 www.mecalac.ca</p>	<p>RÉUL BOIVIN ET FILS LTÉE 492, boulevard Marcotte Roberval 418.275.2502</p>
<p>ROLAND SPENCE ET FILS 4364, boulevard du Royaume Jonquière 418.542.4456</p>	<p>SPORT GILBERT 2.0 1573, Boul du Sacré Cœur Saint-Félicien 418.679.8920</p>	<p>SPORT PLEIN AIR GAGNON INC. 870, 3^e Rue Chibougamau 418.748.3134</p>	<p>UNIMAT CENTRE DE RÉNOVATION 1000, rue Melançon St-Bruno 418.343.3812</p>

Voici le petit nouveau de la famille Xalibu, le Torngat ! Ski facilement manoeuvrable et extrêmement joueur, il vous permettra de vous amuser comme des petits fous !

Photo Xalibu Skis Conception

BOTTE PRO MACHINE 130 GW

NORDICA RÉVOLUTIONNE UNE FOIS DE PLUS L'INDUSTRIE DU SKI

Mélissa Bradette
Rédactrice publicitaire
mbradette@lequotidien.com

Nordica, marque emblématique parmi les plus dignes de confiance dans la communauté internationale du ski, a vu sa nouvelle botte Nordica Pro Machine 130 GW récompensée pour la qualité de son design et son innovation.

Considérée comme la botte la plus moderne jamais conçue par Nordica la Pro Machine 130 GW a séduit le jury des prix Red Dot. La commission d'examineurs, composée d'une quarantaine d'experts internationaux de divers domaines a ainsi attribué le label tant convoité à la botte de ski. Ce sceau atteste de la qualité et du design exceptionnel de la Pro Machine 130 GW : une botte de ski alliant précision, puissance et performance qui s'impose comme la plus avancée des bottes de ski sur le marché.

Plus de puissance et de légèreté

Conçue pour tirer le meilleur parti de toutes les conditions la Pro Machine 130 GW est reconnue pour sa légèreté, sa polyvalence et son confort inégalé.

Nouvelle venue dans la Famille Machine, après la Sport Machine et la Speed Machine, qui se distinguent toutes par leurs composantes légères et

performantes, à 100 % personnalisables, la Pro Machine a été conçue spécialement pour les skieurs exigeants.

En outre, cette chaussure de ski haute performance utilise un plastique plus rigide le long de la colonne vertébrale de la coque, ce qui procure une stabilité latérale et une flexion sans faille. Cette technologie novatrice est combinée à une coque anatomique plus étroite de 98 mm ainsi qu'à une doublure 3D, qui peut être personnalisée à l'aide d'un chauffage infrarouge, ce qui permet des virages extrêmement réactifs et précis, ainsi qu'un grand rebond.

La technologie au service du skieur accompli

Pour mettre au point la Pro Machine 130 GW, Nordica s'est inspirée de l'énergie de la botte de course Dobermann et du confort de la Speed Machine. Son chausson relève également d'un design en 3 dimensions (3D) haute technologie, de matériaux innovants tels que le liège, procurant une isolation optimale et un confort personnalisable, et de la technologie Tri-Fit enveloppant le pied.

L'isolation IsoTherm et Primaloft possèdent quant à elles des propriétés qui conservent la chaleur et repoussent la moiteur afin de garder le pied au sec, tandis que le chausson 3D pre-shaped, plus dense, plus près du pied, transfère l'énergie plus efficacement vers le ski. Bref, c'est une multitude d'éléments technologiques bien pensés qui font de la Pro Machine 130 GW un produit d'exception.



La nouvelle botte Nordica Pro Machine 130 GW allie précision, puissance et performance. Elle offre les performances d'une botte de course Dobermann dans une coque et un chausson plus légers et plus confortables.

Photo NORDICA

5352266

CLINIQUE
DENTAIRE

La Joie

LE CHOIX EST CLAIR!

LE TRAITEMENT D'ORTHODONTIE INVISIBLE

 **invisalign®**

Une technologie éprouvée chez plus de
5 millions de patients

- ✓ Discret
- ✓ Facilite l'hygiène
- ✓ Plus grand confort
- ✓ Nombre de visites réduit

Dr François Lajoie | dentiste généraliste

Services d'orthodontie

990, RUE BÉGIN | CHICOUTIMI | 418 696-1545 | CLINIQUE DENTAIRE LAJOIE.COM



LE MONT LAC-VERT

PLUS QU'UNE MONTAGNE DE SKI

Mélissa Bradette

Rédactrice publicitaire
mbradette@lequotidien.com

Le Mont Lac-Vert propose un domaine skiable des plus intéressants avec 20 pentes de tous calibres et 8 sous-bois. À cela s'ajoute le secteur hors piste BC guidé sur le côté est de la montagne. Bref, quel que soit notre âge ou notre niveau, le Mont Lac-Vert a beaucoup à offrir. De plus, la station est facilement accessible aux gens du Saguenay, comme du Lac-Saint-Jean, puisqu'elle est située à Hébertville.

Autre point d'intérêt, il est possible de skier au Mont Lac-Vert de jour comme de soir, puisque la station est ouverte en soirée, le mercredi, le vendredi et le samedi.

École de glisse

Pour ceux qui désirent débiter en ski ou en planche à neige, ou encore qui souhaitent se perfectionner, le Mont Lac-Vert a une école de glisse, comptant une quinzaine de moniteurs accrédités et motivés. Son équipe de moniteur est aussi habilitée pour assister les personnes à mobilité réduite.

Glissade, raquette et fatbike

Le centre récréotouristique Mont Lac-Vert, ce n'est pas uniquement un endroit de prédilection pour les sports de glisse. On peut aussi y faire de la glissade en tube et pratiquer la raquette ainsi que le vélo de type «fatbike» sur un vaste réseau de sentiers entretenus.

Au total, un réseau de 17 km est aménagé pour la raquette et le fatbike. En nouveauté, pour s'adapter à tous les niveaux il sera possible de commencer sa randonnée de fatbike directement au sommet.

Boutique MLV

Soulignons aussi que le Mont Lac-Vert opère maintenant sa propre boutique de location, qui a élargi son offre de location avec l'ajout de vélos de type «fatbike». On y retrouve aussi plusieurs produits promotionnels à l'effigie du Mont Lac-Vert.

Après-ski

Pour clore les journées de ski en beauté, le Bar le Saint-Bernard a préparé une programmation de feu pour cette saison. Parfait pour un après-ski réussi! Vous retrouverez la programmation complète des



événements sur les réseaux sociaux du Mont Lac-Vert et sur le site Web de la station.

Rabais pour les groupes

En terminant, rappelons que les groupes corporatifs et sociaux sont les bienvenus au Mont Lac-Vert. D'ailleurs, ceux-ci peuvent profiter d'avantages considérables, tels qu'une réduction de 25% pour les groupes de 25 personnes et plus. La glissade en tube peut aussi être accessible en soirée aux groupes de 30 personnes et plus.

5356242





L'ENTRETIEN PRÉSAISON DES MOTONEIGES: PLUS IMPORTANT QU'ON LE CROIT

COLLABORATION SPÉCIALE

La première neige est enfin tombée sur le Saguenay-Lac-Saint-Jean, et en plus, elle y est restée! Cela donne envie de sortir sa motoneige pour partir à l'aventure. La région

est reconnue pour ses milliers de kilomètres de sentiers et ils sont très attrayants, à ce temps-ci de l'année.

Pour éviter de mauvaises surprises, il faut tout d'abord penser à l'entretien présaison de son véhicule hivernal. Les

motoneiges et les VTT nécessitent, comme les automobiles, un entretien régulier. Le début de la période froide est le moment idéal pour le planifier, avant de se lancer sur les pistes.

Avec toute l'attention et l'argent que les motoneigistes mettent dans leurs bolides, il serait dommage que leur saison soit écourtée dû à un bris. Les entretiens de présaison assurent une meilleure qualité de vie aux véhicules. Quoi de plus décevant que d'avoir un problème technique à sa première sortie, souvent très loin de son point de départ?

Une inspection visuelle rigoureuse permet de repérer des fuites, et de voir si des pièces semblent endommagées. Vous pouvez faire tourner le moteur afin d'entendre son vrombissement, et d'exa-

miner si le véhicule part sans problèmes.

Une bonne façon d'éviter des problèmes serait de faire réviser sa machine avant d'attaquer les pistes. Le manuel du propriétaire de chaque véhicule indique les étapes à suivre pour cet entretien spécifique. Pour ceux qui s'y connaissent en mécanique, ils pourront facilement s'y retrouver.

En plus de ces tests, il est conseillé d'aller voir un professionnel pour une inspection complète. Ceux-ci sont informés et connaissent les recommandations des fabricants et les particularités des différents modèles. Ils sont les mieux outillés pour procéder à ces vérifications. Parmi les tâches les plus fréquentes, on retrouve le changement de l'huile à moteur, ou du filtre

à l'huile sur les motoneiges à quatre temps; la vérification des glissières et des roulettes, du pont, des bras de suspension et des ressorts; le graissage de certaines pièces, l'alignement de poulies, etc.

Même s'il est parfois ennuyant de payer pour cela, vous devez penser à l'argent que vous sauveriez si votre machine briserait à la mi-saison! Si vous réfléchissez à vendre votre véhicule, rappelez-vous qu'avec des preuves d'entretien annuel, il aura une meilleure valeur de revente. Un entretien présaison assure votre sécurité et celle de vos proches, et offre une plus longue vie à votre machine.



5353341

SERVICE À DOMICILE
Réparation de véhicules récréatifs
 dans la région du Saguenay-Lac-St-Jean

PROGRAMMES D'ENTRETIEN

<p>Souffleuse en 8 points</p> <p>PIÈCES INCLUSES 49⁹⁵\$ Taxes en sus</p>	<p>Motoneiges en 16 points</p> <p>PIÈCES INCLUSES À PARTIR DE 99⁹⁵\$ Taxes en sus</p>
---	--

MULTI-MÉCANIQUE DESCHÊNES
JERRY DESCHÊNES
 Diplômé
 Plus de 26 ans d'expérience

Cell. : (418) 591-3440
 Rés. : (418) 542-1503

AUSSI : • Bateaux • VTT • Taux horaire : 65 \$

AUBERGE ÉVA ET LE RESTO PUB ST-PATRIC POUR UN SÉJOUR REMARQUABLE EN FAMILLE

COLLABORATION SPÉCIALE

Le temps froid n'est pas une bonne excuse pour rester à l'intérieur. À l'Auberge Éva, toute la famille peut s'amuser dehors lors de la période froide, avec la foule d'activités offertes sur le site. En plus, diverses possibilités d'hébergement ont été pensées pour convenir à tous les groupes, et surtout, pour tous les portefeuilles. Située à proximité de la municipalité de Lac-Bouchette, et aux abords du lac, l'Auberge Éva vous attend pour un séjour où vous pourrez vous amuser et relaxer avec vos proches. Un endroit à découvrir ou redécouvrir.

Activités en tout genre

À l'Auberge Éva, vous pourrez commencer votre journée avec une sortie en raquettes, afin d'admirer les paysages impressionnants qu'offre le Haut-du-Lac. Ensuite, que pensez-vous d'une glissade en tube? Vos petits, ou grands, aimeront la descendre encore et encore. Pour les adeptes de sensations fortes, des sentiers de motoneige sont aussi accessibles près du site. Ne vous inquiétez pas si vous n'avez pas de motoneige, la location peut se faire sur place.

Bien sûr, il n'y a pas seulement que des activités qui bougent. Pour ceux qui cherchent un moment de détente, des services de massothérapie sont aussi offerts à l'auberge.



Après toutes ces activités, terminez la journée en dégustant un bon repas chaud, en famille ou entre amis, au Resto-Pub St-Patric. Le menu sera modifié en début d'hiver comme le restaurant, qui a connu un agrandissement et qui offre de nouvelles places. Une tourelle a été ajoutée à un coin du bâtiment, ce qui permet maintenant aux visiteurs d'avoir une vue imprenable sur le site.

Hébergement accessible

L'Auberge Éva offre une multitude de choix en hébergement afin de convenir à tous vos projets. Les chambres et les chalets de quatre personnes

ont été redécorés, mais restent toujours à un prix abordable pour les familles. De plus, des chambres contenant 8 lits simples, de style dortoir, ont aussi subi un rajeunissement pour s'assurer que les visiteurs gardent les plus beaux souvenirs de leur séjour.

Un loft pouvant accueillir jusqu'à douze personnes, ainsi que des chalets pour six personnes sont disponibles à la location, pour planifier vos vacances en famille inoubliable ou votre voyage de motoneige entre amis réussi!

5353073

Forfait Motoneige /Quad

86,95\$ / pers.

Inclus:

Souper en table d'hôte
Nuit en hébergement
Déjeuner américain



160, chemin de la Montagne
Lac-Bouchette, QC, G0W 1V0
418 348-6832

www.aubergeeva.com
info@centrevacancesnature.com
Auberge Éva - Resto Pub St-Patric

LE VALINOUËT 35 ANS ET PLEIN DE NOUVEAUTÉS

Mélissa Bradette

Rédactrice publicitaire
mbradette@lequotidien.com

Il y a 35 ans, Le Valinouët ouvrait ses pistes au public. Au cours des trois dernières décennies, la station du mont Victor-Tremblay a beaucoup évolué, mais une chose est demeurée inchangée, ses conditions de glisse extraordinaires et sa neige 100 % naturelle.

Pour ses 35 ans, la station du ski de Saint-David-de-Falardeau a procédé à plusieurs améliorations afin de bonifier son offre et de belles nouveautés attendent les skieurs et planchistes qui fréquenteront la montagne lors de la saison 2018-2019.

Deux nouveaux sous-bois

Pour le plus grand bonheur des amateurs de sous-bois, deux nouvelles pistes ont été créées. Le Valinouët voit donc son nombre de pistes augmenter cette année, pour un grand total de 32 pentes, réparties sur deux versants.

Les deux nouveaux sous-bois sont situés dans le secteur des pentes à bosses (versant principal), soit entre les pistes 4 et 5 et les pistes 5 et 6. La nouvelle pente située entre la 4 et la 5 offrira de beaux défis. Ceux qui s'y élanceront devront faire preuve d'adresse, car le départ est très prononcé. En fait,

cette section est assurément la plus extrême de la montagne actuellement. Il faut être un skieur ou un planchiste aguerri pour s'y aventurer!

Un parc à neige signé Today's Park

Le Parc à neige Zone Kubota a entièrement été refait pour la nouvelle saison. Le réaménagement a été réalisé par l'équipe de Today's Park & Créations, compagnie reconnue pour avoir aménagé les plus beaux et les plus gros parcs à neige de la province.

La Remontée et Le Yéti se renouvellent

Autre amélioration : le resto-pub La Remontée et le bar Le Yéti proposeront tous deux de nouveaux concepts. En outre, Le resto-pub offrira un nouveau menu, en collaboration avec la Voie Maltée. Il y aura aussi un plus grand choix de bières, incluant des produits de microbrasseries. Que vous optiez pour le resto-pub ou Le Yéti, les après-ski et les soirées promettent d'être des plus agréables, cette saison!

Boutique en ligne

Autre nouveauté, Le Valinouët s'est doté d'une boutique en ligne. Cette dernière est accessible via le site web de la station de ski. On peut actuellement s'y procurer un livret de rabais qui comprend 1 billet gratuit, 2 rabais de 50 % et 2 rabais de 40 % sur l'achat de billets journaliers.



Venez célébrer les 35 ans du Vali!

Cet hiver, venez célébrer les 35 ans du Vali. Plusieurs activités sont prévues pour souligner l'anniversaire de la station. Entre autres, une journée spéciale 35^e anniversaire sera organisée en février.

En plus des activités du 35^e, une programmation bien garnie animera la station tout au long de la saison. Les festivités débiteront dès le 29 décembre prochain, avec le Noël du Vali, une nouveauté de cette année. De grands classiques seront aussi de retour. C'est le cas, entre autres, des journées démo Sports Experts et Ultraviolet Sports, de la journée des mascottes, du Splash et du Grand prix 3-Skis.

Suivez la page Facebook du Valinouët et consultez régulièrement son site Internet pour connaître le détail de la programmation et ne rien manquer des activités entourant son 35^e anniversaire.

5356310

100 % NEIGE NATURELLE

LA STATION FAMILIALE PAR EXCELLENCE

Visitez notre boutique en ligne
valinouet.qc.ca

SKI ALPIN
PLANCHE À NEIGE
GLISSADES EN TUBES
RAQUETTE
SKI DE FOND

sports experts au pied de la montagne vous offre ses services spécialisés de location, essai de skis haute performance et l'entretien de vos skis et planches.