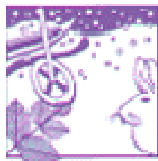


Regroupement des stations de ski de fond de la région de Québec, Chaudière-Appalaches, Charlevoix et Centre du Québec.



Le Randonneur



Volume 7 Numéro 1

Février 2009

Caprices de Dame Nature

Après la pluie? Le ... temps froid! Fidèle à ses sautes d'humeur hivernales, Dame Nature ne nous a pas épargnés durant la période des fêtes avec ses averses de pluie et, par la suite, avec ses grands froids de janvier. Un grand nombre de centres de ski de fond ont dû fermer quelques jours pour la pluie et certaines demi-journées pour le froid. Les stations situées en altitude ont pu bénéficier de meilleures conditions climatiques. Certaines stations nous mentionnent avoir conservé un très bon achalandage malgré le froid. Les skieurs les plus astucieux n'ont pas baissé « les bras » et ont su tirer avantage de la situation en troquant les skis pour les raquettes, activité moins froide car il n'y a pas de folles descentes pour se geler les joues. Comme quoi, Dame Nature reste grande maîtresse tout en nous permettant de nous adapter à ses caprices!



Clientèle diversifiée

Pour cette année 2008/2009, le RSSFRQ (Regroupement des stations de ski de fond de la région de Québec) a opté pour différents médias publicitaires afin de solliciter diverses clientèles. Ainsi, nous avons retenu des placements publicitaires dans : le magazine Voir, le magazine Géo Plein Air, le feuillet de la Boutique Courir.

Nous avons également amorcé une campagne promotionnelle dans les régions de Québec, Trois-Rivières, Montréal, Outaouais et Ottawa avec Zoom Media. Cette boîte promotionnelle très dynamique affiche dans les salles d'essayage de boutiques de vêtements et, dans les salles de bains des établissements sportifs, collèges, universités,



restaurants et, bars.

À l'occasion, nous
Chaîne de Radio-
Nous serons
8 février prochains



avons également des capsules à la Première Canada.
également au Marathon Canadien de Ski les 7 et 8 à Montebello pour promouvoir nos régions (Québec, Chaudière-Appalaches, Charlevoix et Centre-du-Québec) comme le plus grand réseau de ski de fond de l'est de l'Amérique du Nord.



Statistiques internet : 3% à la hausse

Déjà plus de 11,500 internautes ont visité le site www.rssfqr.qc.ca depuis le 4 décembre dernier ce qui représente une hausse de 3% pour la période similaire l'an passé. Le nombre de pages consultées a aussi augmenté ainsi que le nombre de nouveaux internautes. Les périodes où la température est incertaine sont celles qui connaissent les plus grands achalandages. On remarque que les visites sont maintenant de 3 minutes par internaute.

Chaque internaute visite en moyenne plus de 3 pages. La page la plus populaire est la carte présentant les divers centres de ski de fond ce qui laisse croire que les fondeurs visitent de plus en plus le site et s'en servent de plus en plus pour planifier leur séjour à partir des diverses sections.

Campagne « Plaisirs d'hiver » de Kino-Québec

Le 12 janvier dernier, débutait la campagne d'activités hivernales « Plaisir d'hiver » de Kino Québec. Nombreuses stations de ski de fond et raquettes sont inscrites au programme. De nombreuses activités se dérouleront jusqu'au 24 février. Un appel téléphonique à votre station préférée vous permettra de connaître la liste d'activités offertes. Ski? Raquettes? Patin? Glissade? Rallye pédestre



Vous traînez de la patte et souhaitez vous améliorer?



Pourquoi ne pas opter pour une leçon de ski de fond? Des cours sont dispensés par des moniteurs diplômés dans diverses stations. Il est possible de former des petits groupes ou d'opter pour des leçons privées. En classique ou pour le pas de patin? À votre choix! Oubliez la compétition et les temps record. Une leçon pour vous donner le plaisir de la glisse et vous permettre d'aller plus loin en ménageant vos efforts! Contacter les différentes stations sur notre site Internet :



www.rssfqr.qc.ca

Fido chez les fondeurs

Le meilleur ami de son maître particulièrement nature. La plupart des à nos compagnons à quatre Manoir du Lac Delage va de Joëring ». Cette pratique



l'homme, le chien adore suivre lorsqu'il est question d'aller en stations interdisent les sentiers pattes. Le centre de raquettes du l'avant en proposant du « ski d'activité plus populaire en

Europe, consiste à utiliser la force motrice et la vigueur de votre toutou pour vous tirer sur vos skis de fond (sans trace). Location d'équipement (harnais), avec pause breuvage chaud pour les participants attelés à leur chien. De leur côté, les chiens ont droit à une... biscotte !



www.rssfrq.qc.ca : une panoplie d'informations...

Connaissez-vous chacune des sections du site? * Accueil, * Carte,* Liste par catégorie, * Agenda, *Boutiques, * Hébergement, * Partenaires, *Bulletin, * Liens, *Membres du conseil.

Saviez-vous que vous avez accès directement à Météo Média sur notre site? Le positionnement des stations par régions (par couleur dans le menu déroulant de gauche) facilite la recherche de vos stations préférées.



Rabais aux membres

Les membres qui possèdent un billet de saison dans une station membre bénéficient d'une réduction de 25% sur l'achat d'un billet journalier à prix régulier (prix le plus élevé) dans une autre station membre.

Activités dans les stations de ski de fond et raquettes

Innover cette année, essayer trois nouvelles stations de ski de fond que vous ne connaissez pas.

Pour vous aider à choisir et à planifier vos prochaines fins de semaine de ski de fond et raquette, consultez l'agenda.

| | | | | | |
|-------------------|--|-----------------------------|------------|---|----------------|
| 30 janvier | <i>Ski de fond Charlesbourg</i> | Arrondissement Charlesbourg | #22 | Soirée : Randonnée pédestre avec guide | (418) 849-9054 |
| 31 janvier | <i>Parc national de la Jacques-Cartier</i> | Stoneham | #17 | 12h00 : Raquette. Affrontez l'hiver mais comment ? Activité sur l'adaptation de la faune. 18h30 : Choco, porto et louveteau. Randonnée en raquette à la lueur des flambeaux suivie d'une animation et dégustation. Réservation obligatoire | (418) 528-8787 |

| | | | | | |
|-------------------------------|--|-------------------------------------|------------|--|---------------------|
| 31 janvier | <i>Sentiers du Moulin</i> | Lac Beauport | #21 | Randonnée aux flambeaux, ski et raquettes. Fondue chinoise. Réservation | (418) 849-9652 |
| 31 janvier | <i>Station touristique Duchesnay</i> | Ste-Catherine-de-la-Jacques-Cartier | #6 | 9h30 Initiation au ski avec guide. 10h30 Tir à l'arc. 13h15 Géocaching en raquette. 20h30. Randonnée aux flambeaux. Inscription obligatoire. | (418) 875-2711 #282 |
| 31 janvier | <i>Base de plein air de Ste-Foy</i> | Québec | #12 | 19h00 : Randonnée aux flambeaux | (418) 641-6282 |
| 1^{er} février | <i>Le Refuge</i> | St-Adolphe | #18 | Clinique de fartage Demers. Randonnée clair de lune : marche, raquette et ski. Souper. Inscription obligatoire | (418) 848-6155 |
| 1^{er} février | <i>Station touristique Duchesnay</i> | Ste-Catherine-de-la-Jacques-Cartier | #6 | AM : Tir à l'arc et interprétation de la nature en raquettes. Inscription obligatoire. | (418) 875-2711 #282 |
| 1^{er} février | <i>Massif du Sud</i> | St-Philémon-Buckland | #32 | Journée raquette hors piste. Visite de l'arrière-pays. Montée en télésiège et descente en raquette. | 1-877-869-3676 |
| 6 février | <i>Ski de fond Charlesbourg</i> | Arrondissement Charlesbourg | #22 | Marche aux flambeaux | (418) 849-9054 |
| 6 février | <i>Sentiers du Moulin</i> | Lac Beauport | #21 | Randonnée aux flambeaux, ski et raquettes. Fondue chinoise. Réservation | (418) 849-9652 |
| 6 février | <i>Les Sentiers de l'Amical</i> | St-Hilarion | #42 | 20h30 : Clair de lune | (418) 457-3716 |
| 7 février | <i>Parc national de la Jacques-Cartier</i> | Stoneham | #17 | 12h00 : Raquette. Affrontez l'hiver mais comment ? Activité sur l'adaptation de la faune. 18h30 : Choco, porto et louveteau. | (418) 528-8787 |

| | | | | | |
|-------------------|--|-------------------------------------|------------|--|---------------------|
| | | | | Randonnée en raquette à la lueur des flambeaux suivie d'une animation et dégustation. Réservation obligatoire | |
| 7 février | <i>La Randonnée</i> | Ste-Agnès | #43 | 19h00 : Ski Clair de lune. Tirage, musique. | (418) 439-2788 |
| 7 février | <i>Club de ski St-François</i> | Drummondville | #36 | Soirée aux flambeaux | (418) 819-478-5475 |
| 7 février | <i>La Pinède</i> | Lotbinière | #28 | Ski-O-Ton | (418) 796-3276 |
| 7 février | <i>Station touristique Duchesnay</i> | Ste-Catherine-de-la-Jacques-Cartier | #6 | 9h30 Initiation au ski avec guide. 10h30 Tir à l'arc. 13h15 Géocaching en raquette. 20h30. Randonnée aux flambeaux. Inscription obligatoire. | (418) 875-2711 #282 |
| 7 février | <i>Piste Robert-Giguère</i> | Beaupré | #26 | 18h30 : Ski clair de lune | (418) 827-8902 |
| 7 février | <i>Camp Mercier</i> | Réserve des Laurentides | #16 | Ski Clair de lune. 6 et 9.5 km. Souper à la fondue. | (418) 848-2422 |
| 7 février | <i>Cité-Joie</i> | Lac Beauport | #20 | Randonnée ornithologique. | (418) 849-7183 |
| 8 février | <i>Station touristique Duchesnay</i> | Ste-Catherine-de-la-Jacques-Cartier | #6 | AM : Tir à l'arc et interprétation de la nature en raquettes. Inscription obligatoire. | (418) 875-2711 #282 |
| 13 février | <i>Ski de fond Charlesbourg</i> | Arrondissement Charlesbourg | #22 | Soirée : Randonnée pédestre avec guide | (418) 849-9054 |
| 14 février | <i>La Balade</i> | St-Jean-Chrysostome | #30 | Ski Clair de lune | (418) 839-1551 |
| 14 février | <i>Centre raquettes Manoir du Lac Delage</i> | Lac Delage | #19 | PM : Course Ski Joering | 418) 848-2552#152 |
| 14 février | <i>Parc national de la Jacques-Cartier</i> | Stoneham | #17 | 12h00 : Raquette. Affrontez l'hiver mais comment ? Activité sur l'adaptation de la | (418) 528-8787 |

| | | | | | |
|-------------------|--|-------------------------------------|--------------------------|--|---------------------|
| | | | | faune. 18h30 : Choco, porto et louveteau. Randonnée en raquette à la lueur des flambeaux suivie d'une animation et dégustation. Réservation obligatoire | |
| 14 février | <i>Sentiers du Moulin/Le Refuge</i> | Lac Beauport | #21 #19 | Randonnée inter-centre. Départ Sentiers du Moulin (pour navette vers Le Refuge). Goûter et guide. Réservation | (418) 849-9652 |
| 14 février | <i>Sentiers du Moulin</i> | Lac Beauport | #21 | Randonnée aux flambeaux, ski et raquettes. Fondue chinoise. Réservation | (418) 849-9652 |
| 14 février | <i>Station touristique Duchesnay</i> | Ste-Catherine-de-la-Jacques-Cartier | #6 | 9h30 Initiation au ski avec guide. 10h30 Tir à l'arc. 13h15 Géocaching en raquette. 20h30. Randonnée aux flambeaux. Inscription obligatoire. | (418) 875-2711 #282 |
| 15 février | <i>Base de plein air de Ste-Foy</i> | Québec | #12 | 11h00 Randonnée en carriole | (418) 641-6282 |
| 15 février | <i>Station touristique Duchesnay</i> | Ste-Catherine-de-la-Jacques-Cartier | #6 | AM : Tir à l'arc et interprétation de la nature en raquettes. Inscription obligatoire. | (418) 875-2711 #282 |
| 20 février | <i>Ski de fond Charlesbourg</i> | Arrondissement Charlesbourg | #22 | Soirée : Randonnée pédestre avec guide | (418) 849-9054 |
| 20 février | <i>Sentiers du Moulin</i> | Lac Beauport | #21 | Randonnée aux flambeaux, ski et raquettes. Fondue chinoise. Réservation | (418) 849-9652 |
| 21 février | <i>Parc national de la Jacques-Cartier</i> | Stoneham | #17 | 12h00 : Raquette. Affrontez l'hiver mais comment ? Activité sur l'adaptation de la | (418) 528-8787 |

| | | | | | |
|-----------------------------|--------------------------------------|-------------------------------------|------------|--|---------------------|
| | | | | faune. 18h30 : Choco, porto et louveteau. Randonnée en raquette à la lueur des flambeaux suivie d'une animation et dégustation. Réservation obligatoire | |
| 21 février | <i>Base de plein air de Ste-Foy</i> | Québec | #12 | 19h00 : Randonnée aux flambeaux | (418) 641-6282 |
| 21 février | <i>Vallée Bras-du-Nord</i> | St-Raymond Portneuf | #5 | Festival d la raquette | 1-800-321-4992 |
| 21 février | <i>Mont Grand-Fonds</i> | La Malbaie | #44 | Course des aventuriers | 1-877-665-0095 |
| 21 février | <i>Le Refuge</i> | St-Adolphe | #18 | 10h00 : Raquette. Randonnée guidée. Inscription obligatoire | (418) 848-6155 |
| 21 février | <i>Station touristique Duchesnay</i> | Ste-Catherine-de-la-Jacques-Cartier | #6 | 9h30 Initiation au ski avec guide. 10h30 Tir à l'arc. 13h15 Géocaching en raquette. 20h30. Randonnée aux flambeaux. Inscription obligatoire. | (418) 875-2711 #282 |
| 21 février | <i>Centre de plein air Dansereau</i> | Pont Rouge | #3 | 18h00 : Fête aux flambeaux : Raquettes et ski de fond. | (418) 873-4140 |
| 22 février | <i>Ski Bord-de-L'Eau</i> | St-Henri-de-Lévis | #31 | 11h00 : Party Ho Dog | (418)-882-0639 |
| 22 février | <i>Station touristique Duchesnay</i> | Ste-Catherine-de-la-Jacques-Cartier | #6 | AM : Tir à l'arc et interprétation de la nature en raquettes. Inscription obligatoire. | (418) 875-2711 #282 |
| 27 février | <i>Ski de fond Charlesbourg</i> | Arrondissement Charlesbourg | #22 | Soirée : Randonnée pédestre avec guide | (418) 849-9054 |
| 27 février au 2 mars | <i>Cité-Joie</i> | Lac Beauport | #20 | Exceptionnellement ouvert sur semaine. Randonnée familiale de la Relâche | (418) 849-7183 |
| 28 février | <i>Sentiers des Grandes-</i> | Lévis (St-Romuald) | #29 | Ski soirée aux flambeaux | (418) 839-1919 |

| | | | | | |
|----------------------------|--|-------------------------------------|------------|---|---------------------|
| | <i>Prairies</i> | | | | |
| 28 février | <i>Parc national de la Jacques-Cartier</i> | Stoneham | #17 | 12h00 : Raquette. Affrontez l'hiver mais comment ? Activité sur l'adaptation de la faune. 18h30 : Choco, porto et louveteau. Randonnée en raquette à la lueur des flambeaux suivie d'une animation et dégustation. Réservation obligatoire | (418) 528-8787 |
| 28 février | <i>Camping municipal Beauport</i> | Québec | #25 | Cabane à sucre | (418) 641-6045 |
| 28 février | <i>Station touristique Duchesnay</i> | Ste-Catherine-de-la-Jacques-Cartier | #6 | 9h30 Initiation au ski avec guide. 10h30 Tir à l'arc. 13h15 Géocaching en raquette. 20h30. Randonnée aux flambeaux. Inscription obligatoire. | (418) 875-2711 #282 |
| 28 février | <i>Sentiers du Moulin</i> | Lac Beauport | #21 | Randonnée aux flambeaux, ski et raquettes. Fondue chinoise. Réservation | (418) 849-9652 |
| 28 février | <i>Centre ski fond Val-Bélair</i> | Québec Arrondissement laurentien | #14 | Randonnée de nuit | (418) 641-6473 |
| 28 février | <i>Centre de plein air Dansereau</i> | Pont Rouge | #3 | 9h00. Randonnée en raquettes « La Montaison » 15 km Donnaconna vers Pont Rouge le long de la rivière Jacques-Cartier. | (418) 873-4140 |
| 1er mars | <i>Les Sentiers de l'Amical</i> | St-Hilarion | #42 | Brunch | (418) 457-3716 |
| 1^{er} mars | <i>Le Refuge</i> | St-Adolphe | #18 | 10h00 : Ski de fond et raquette. Randonnée guidée. Inscription | (418) 848-6155 |

| | | | | | |
|----------------------------|--------------------------------------|-------------------------------------|------------|---|---------------------|
| | | | | obligatoire | |
| 1^{er} mars | <i>Station touristique Duchesnay</i> | Ste-Catherine-de-la-Jacques-Cartier | #6 | AM : Tir à l'arc et interprétation de la nature en raquettes. Inscription obligatoire. | (418) 875-2711 #282 |
| 1^{er} mars | <i>Domaine de Maizerets</i> | Québec | #24 | 18h30 : Clair de lune (Ski et raquettes) et observation du ciel avec Soc. royale d'astronomie | (418) 641-6335 |
| 1er mars | <i>Base de plein air de Ste-Foy</i> | Québec | #12 | Fête des neiges. Accès gratuit aux sentiers. | (418) 641-6282 |
| 2 au 6 mars | <i>Domaine de Maizerets</i> | Québec | #24 | Semaine de relâche : activités plein air : initiation ski et raquette. Patinage animé. | (418) 641-6335 |

Vous avez des nouvelles à nous communiquer sur le ski de fond et la raquette? N'hésitez pas à nous contacter.

Le Regroupement des stations de ski de fond de la région de Québec

RSSFRQ :

Site Internet : www.rssfrq.qc.ca

Courriel : rssfrq@oricom.ca

Source : Lucie Garneau
garneaul@videotron.ca

Paul Pichard, administrateur CA

