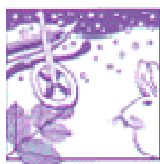


Regroupement des stations de ski de fond des régions de Québec, Chaudière-Appalaches,
Charlevoix et Centre-du-Québec



Le Randonneur



Volume8 Numéro 1

Février 2010



20 ans déjà !

Février 1990. Certains skieurs de fond recherchent un moyen de promouvoir leur sport favori. Devant la promotion presque inexistante de ce sport de glisse et, observant le manque de concertation entre les stations, ils décident bénévolement d'offrir leurs services aux propriétaires ou responsables des centres de ski de fond. Ils aspirent ainsi les aider à se regrouper au sein d'un organisme permanent et sortir enfin de l'ombre ce sport et, lui permette de briller aux côtés de son célèbre confrère ; le ski alpin.

C'est la première fois que l'on assiste à un tel regroupement régional. Dans un esprit de convivialité, se tisse la première trame du **Regroupement des stations de ski de fond de la région de Québec (RSSFRQ)**.

Promotion et développement seront les buts que poursuivra le RSSFRQ. Échange d'expertise et application des normes de sécurité seront par la suite des dossiers récurrents de l'organisme sans but lucratif. Des 15 premières stations à croire à ce projet de rassemblement de la région de Québec, se joignent au fil du temps, des stations de Charlevoix, Chaudière-Appalaches et Centre-du-Québec pour porter le nombre de stations membres à 47 totalisant 2500 kilomètres de ski de fond.

Le premier outil promotionnel a été la création d'un répertoire de stations appuyé d'une carte géographique afin de faciliter la localisation de ces dernières. Les boutiques de ski s'associent au projet et offrent de présenter les répertoires dans leurs établissements. Avec les années, s'ajoute un site internet avec les lieux d'hébergement et les établissements touristiques. Des partenariats sont ainsi développés. Diverses activités ont été réalisées par le RSSFRQ : rallye populaire sur les Plaines d'Abraham, réalisation de sondage sur les statistiques de cette pratique, capsules radiophoniques et télévisuelles, chroniques hebdomadaires de ski dans les journaux. Des rabais aux skieurs membres de l'une ou l'autre de ces stations sont maintenant offerts pour inciter ces derniers à faire « la tournée des stations ». Depuis environ cinq ans, la raquette suit le pas dans les stations de ski de fond, la multiplication des parcours balisés de raquette voie le jour dans la plupart des stations de ski de fond. De modestes projets ont été réalisés avec les élèves de niveau primaire et assurent maintenant la relève des fondeurs. Les répertoires sont maintenant édités en grand nombre. Pour les skieurs, des panneaux didactiques

permettant de mieux connaître la faune ont été subventionnés pour les stations. Des normes de signalisation se font de plus en plus présentes pour l'ensemble des centres. Afin de faire connaître la pratique du ski de fond dans nos régions, des salons ont été réalisés et des partenariats ont été développés avec d'autres organismes ayant des intérêts similaires au RSSFRQ.

Et l'on continue pour le plaisir de vous faire découvrir cette activité de plein conviviale, notre passeport santé !



Le ski de fond inscrit au paysage

C'est officiel. Tous les pays nordiques semblent d'accord. Le ski de fond se fait de plus en plus présent dans le paysage de la glisse. Après tout, les impacts laissés par ce sport de glisse sont bien pâles (deux petites traces) dans le paysage campagnard et maintenant, de plus en plus dans le paysage urbain.

Tous s'entendent pour dire également que plusieurs facteurs sont en cause :

- le fondeur a gagné du confort grâce à l'amélioration des nouveaux équipements ;
- les petits prix des billets (et particulièrement pour la passe saisonnière) en rapport aux autres sports de glisse en ces périodes de crise économique ;
- ses effets bénéfiques sur la santé. Seul la natation et l'aviron seraient des activités plus complètes sur le plan physique ; tout le corps est en action, force et cardio vont constamment de pair. Pour les cas d'ostéoporose (os fragilisés), on privilégie même sa pratique ;
- le ski de fond est le prélude aux autres sports de glisse ;
- l'effet « Harvey » (Alex Harvey, jeune fondeur olympique).

Comment ne pas se laisser tenter nous aussi par cette fabuleuse activité de plein air !



Raquettes



Les responsables des stations de ski de fond et raquette de notre région constatent une fois de plus cette année, l'engouement pur la pratique de la raquette. Sa popularité atteint environ 30% de la clientèle dans la plupart des stations et jusqu'à 50% pour certaines d'entre elles. Les boutiques sont du même avis et encore plus. La vente d'équipements de raquettes est chez certains commerçants, supérieure à la vente des équipements de ski de fond. Facile à pratiquer, équipement peu encombrant, activité peu dispendieuse, cette activité a conquis le cœur des québécois. À vos raquettes !

Jeux olympiques

Dans notre région, dès le 15 février prochain, tous les adeptes de ski fond, seront rivés à leur écran pour suivre notre « petit voisin » de 21 ans, Alex Harvey. Ce jeune fondeur resplendissant de santé vient de compléter tous les parcours internationaux. Nous le suivrons bientôt « trace à trace » lors des Jeux Olympiques de Vancouver. Partout où il passe, Alex ne se gêne pas pour dire combien il tient à sa région pour la pratique du ski de fond. Et dire qu'encore hier, il était dans le traîneau de papa Pierre ! Il faut croire que le cocktail : génétique et exemple familial, s'avère un recette gagnante. Bonne chance Alex !

Plaisirs d'hiver

Si l'envie de jouer dehors vous prend vous aussi, consulter la gamme d'activités hivernales inscrites dans le cadre de la campagne « Plaisirs d'hiver » à proximité de chez-vous. Au programme : ski de fond, raquette, glissade, patin, trottinette des neiges, randonnée de traîneaux à chien... alouette !

Pour plus d'informations, consulter le site :

http://www.mels.gouv.qc.ca/plaisirsHiver/index.asp?page=activites&action=search&navSeq=1&id_region=3&actType=



Des chiffres, encore des chiffres

Les statistiques de notre site Internet www.skidefondraquette.com nous indiquent que pour la même période depuis le début de la saison (1^{er} décembre) nous avons eu une augmentation de 11% des internautes. Augmentation des visites et des visiteurs, augmentation du nombre de pages visitées (41%) et du temps en ligne sur le site. 74% sont des nouveaux visiteurs. Nous sommes donc confiants que les quelques changements apportés ont été appréciés par les internautes et que les partenariats avec





Activités dans les stations de ski de fond et raquette

Pour vous aider à choisir et à planifier vos prochains week-end de ski de fond et raquette, consultez l'agenda.

AGENDA DE SKI DE FOND ET RAQUETTE

DATE	ACTIVITÉ/HORAIRE	STATIONS	THÈME	#TÉLÉPHONE
29 janvier	Randonnée pédestre avec guide 19h30-21h00	Ski de fond Charlesbourg #24		418-849-9054
	Randonnée de nuit du conteur 19h00-22h00	Base de plein air Val-Bélair #13		418-641-6473
	Ski Clair de lune 20h30-22h30	Sentiers l'Amical #32		418-457-3716
30 janvier	Promenade du raquetteur	Parc des Champs de Bataille (Plaines d'Abranam) #25	En compagnie d'un raquetteur du XIXe siècle revivez la belle époque de la raquette. Raquette, chocolat chaud, lanterne inclus: frais.	418-648-4212
	Randonnée à ski et fondue	Sentiers du Moulin #23		418-849-9652
	R'Osez	Station Mont Sainte-Anne #29	Randonnée en ski de fond ou raquette pour la fondation du cancer du sein. Marathon et demi-marathon.	418-827-4561 #409
	Randonnée aux flambeaux 19h00	Base de plein air de Ste-Foy #15		418-641-6282
	Affrontez l'hiver 12h00-14h00 Choco, porto et louveteau 18h30-21h30	Parc national de la Jacques-Cartier # 19	Causerie sur l'adaptation au froid Randonnée en raquettes aux flambeaux. Causerie sur les loups et dégustation chocolat et porto.	418-528-8787

	Ski Clair de lune	La Pinière #42	Ski en soirée	418-796-3276
31 janvier	Randonnée Clair de lune	Domaine Maizerets # 26	Ski et raquettes. Animation patinoire. Observation du ciel.	418-641-6335
5 février	Marche aux flambeaux 19h30-21h00	Ski de fond Charlesbourg #24		418-849-9054
6 février	Journée de la famille	St-Léonard # 6	Amuseurs, musique, activités surprises	418-337-6741
	Astronomie 20h00	Centre de raquettes Manoir Lac Delage #21	Observation du ciel et conférence	418-842-2551
	Affrontez l'hiver 12h00-14h00 Choco, porto et louveteau 18h30-21h30	Parc national de la Jacques-Cartier # 19	Causerie sur l'adaptation au froid Randonnée en raquettes aux flambeaux. Causerie sur les loups et dégustation chocolat et porto	418-528-8787
	Promenade du raquetteur	Parc des Champs de Bataille (Plaines d'Abranam) #25	En compagnie d'un raquetteur du XIXe siècle revivez la belle époque de la raquette. Raquette, chocolat chaud, lanterne inclus: frais.	418-648-4212
	Course Le Relève	Station Mont Sainte-Anne #29	Petite course pour les petits fondeurs de la ligue Jack Rabbitt	418-827-4561 #409
	Raquette 13h00	Cité Joie #22	Randonnée ornithologique	418-849-7183
7 février	Course en raquette	Station Mont Sainte-Anne #29	www.vertleraid.ca	418-827-4561 #409
	La Gaufre et le bonhomme	Base de plein air Val-Bélaire #13	Brunch	418-641-6473
12 février	Randonnée pédestre avec guide 19h30-21h00	Ski de fond Charlesbourg #24		418-849-9054
13 février	Promenade du raquetteur	Parc des Champs de Bataille (Plaines d'Abranam) #25	En compagnie d'un raquetteur du XIXe siècle revivez la belle époque de la raquette. Raquette, chocolat chaud, lanterne inclus: frais.	418-648-4212
	Randonnée à ski et fondue	Sentiers du Moulin #23		418-849-9652
	Ski Clair de lune	Sentiers		418-457-3716

	20h30-22h30	l'Amical #32		
	Affrontez l'hiver 12h00-14h00 Choco, porto et louveteau 18h30-21h30	Parc national de la Jacques- Cartier # 19	Causerie sur l'adaptation au froid Randonnée en raquettes aux flambeaux. Causerie sur les loups et dégustation chocolat et porto.	418-528-8787
14 février	Promenade en carriole 11h00-15hh	Base de plein air de Ste-Foy #15		418-641-6282
19 février	Randonnée pédestre avec guide 19h30- 21h00	Ski de fond Charlesbourg #24		418-849-9054
	Randonnée à ski et fondue	Sentiers du Moulin #23		418-849-9652
20 février	Affrontez l'hiver 12h00-14h00 Choco, porto et louveteau 18h30-21h30	Parc national de la Jacques- Cartier # 19	Causerie sur l'adaptation au froid Randonnée en raquettes aux flambeaux. Causerie sur les loups et dégustation chocolat et porto.	418-528-8787
	Randonnée aux flambeaux 19h00	Base de plein air de Ste-Foy #15		418-641-6282
	Ski clair de lune	St-Jean- Chrysostome #44	Souper spaghetti	418-839-2709
	Raquette 4 ^e édition du Challenge	Cité Joie #22	Défi sportif et Joyeuse randonnée 5 km raquette	418-849-7183
	Festival de la raquette	Vallée Bras-du- Nord	Randonnée de 3.5km, 6.5 km et 12 km.	418-337-2900
20 et 21 février	Randonnée seigneuriale	La Pinière #42	Randonnée en raquette ou en ski hors piste sur 2 jours. Coucher et souper dans cabane à sucre	418-796-3276
26 février	Randonnée pédestre avec guide 19h30-21h00	Ski de fond Charlesbourg #24		418-849-9054
	Randonnée familiale en raquette	Cité Joie #22	Activité pour la Relâche	418-849-7183
27 février	Ski pleine lune Fin P.M.	Camp Mercier #18	Ateliers de la patrouille canadienne de ski de fond. Ski de groupe et souper	418-848-2422
	18h00	La Randonnée	Choco et porto.	418-439-2788

		Ste-Agnès #33	Dégustations, tirage, musique	
	Randonnée aux flambeaux	Grandes-Prairies St-Romuald #43	35 ^e anniversaire du club. Buffet, soirée dansante, prix de présence. Réservation requise.	418-839-1919
	Cabane à sucre	Camping Beauport #27		418-641-6045
	Affrontez l'hiver 12h00-14h00 Choco, porto et louveteau	Parc national de la Jacques-Cartier # 19	Causerie sur l'adaptation au froid Randonnée en raquettes aux flambeaux. Causerie sur les loups et dégustation chocolat et porto	418-28-8787
	Ski Clair de lune	Pite Robert Giguère #28	Ski et souper suivi d'une soirée. Animation, prix de présence	418-827-8902
	Promenade du raquetteur	Parc des Champs de Bataille (Plaines d'Abranam) #25	En compagnie d'un raquetteur du XIX ^e siècle revivez la belle époque de la raquette. Raquette, chocolat chaud, lanterne inclus: frais	418-648-4212
	Randonnée à ski et fondue	Sentiers du Moulin #23		418-849-9652
	Randonnée de nuit Astro	Base de plein air Val-Bélaïr #13		418-641-6473
28 février	Randonnée Clair de lune	Domaine Maizerets # 26	Ski et raquettes. Animation patinoire. Observation du ciel	418-641-6335
	Randonnée familiale en raquette	Cité Joie #22	Activité pour la Relâche	418-849-7183
	Brunch 10h30	Sentiers l'Amical #32		418-457-3716
	Activité La Relâche	La Randonnée Ste-Agnès #33	Chasse aux trésors, survie en forêt	418-439-2788
	Fête des neiges Promenade en carriole	Base de plein air de Ste-Foy #15	Accès gratuit, promenade en carriole, animation, jeux gonflables, musique	418-641-6282

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.skidefondraquette.com

Source : Lucie Garneau

info@skidefondraquette.com

Paul Pichard, administrateur CA