



**Fiche préliminaire**  
**Ski de randonnée nordique – 6 à 8 personnes**  
*niveau confirmé*  
**Québec, du 3 au 11 mars, 2018**  
(9 jours dont 7 jours de ski)

**Note importante: Les places étant limités dans les refuges des parcs québécois, nous sommes obligés de réserver très rapidement. Merci de nous indiquer si ce programme vous intéresse; il vous sera ensuite demandé un acompte de 100€. Merci de lire attentivement les détails ci-dessous.**

Le Québec est réputé pour sa neige, sa nature grandiose, sa culture spécifique et son accueil (sans oublier sa spécialité gastronomique, la poutine). Nous proposons un séjour de ski nordique en itinérant dans deux parcs nationaux à proximité de la ville de Québec, en pleine nature pour vous permettre de vivre l'expérience de l'hiver canadien. Ces parcs nous offrent des itinéraires variés avec hébergement en chalet et en refuge rustique. En mars on peut s'attendre à une bonne neige et le soleil se couche vers 17:30.

Le programme proposé prévoit une autonomie totale sur un terrain balisé mais non tracé. Nous évoluerons en petit groupe sans encadrement. Nous traverserons des lacs gelés, la forêt enneigée, des montagnes à peine dégagées. Nous porterons nos propres affaires (y compris le sac de couchage) ; les bagages plus lourds (notamment la nourriture) seront transportés par motoneige.

### Programme provisoire

Le programme est conçu partiellement en formule libre – chacun réserve son billet d'avion et sa chambre d'hôtel à Québec, ce qui permettra de prolonger le séjour si on le souhaite. Nous partagerons la location d'une voiture ainsi que les frais de nourriture et d'hébergement sur place. **Le programme détaillé sera disponible plus tard.**

### Itinéraire de base – 7 jours de ski nordique itinérant

Cinq jours au Parc national des Grands-Jardins. [www.sepaq.com/pq/grj/#Item9172](http://www.sepaq.com/pq/grj/#Item9172) niveau intermédiaire, mais pour skieurs expérimentés, 10 à 18 km par jour avec sac à dos dans un terrain accidenté hors traces. Deux jours dans le Parc national du Fjord-du-Saguenay. [www.sepaq.com/pq/sag/index.dot?language\\_id=2](http://www.sepaq.com/pq/sag/index.dot?language_id=2)

### Matériel

Skis larges de type nordique avec carres ou télémark + peaux et/ou raquettes, sac de couchage, vêtements grand froid.

### Transport

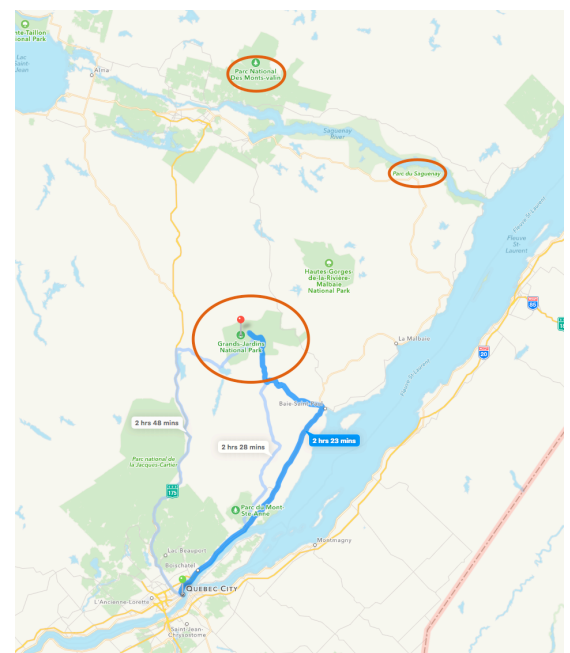
Avion Paris-Québec avec correspondance à Montréal.  
Location de voiture sur place.

### Hébergement

Chalets ou refuges non gardés mais chauffés par un poêle à bois.

### Estimation du coût

Avion Paris-Québec : 600€  
Voiture de location : 150€ par personne  
Hébergement, nourriture, entrée aux parcs : 400€  
Hôtel à Québec : **compter 100€ ?**



### Pour manifestation d'intérêt et plus d'informations :

Fritz Balkau [fbalkau@gmail.com](mailto:fbalkau@gmail.com) 06 85 03 29 71  
Nancy Pratt [npratt@free.fr](mailto:npratt@free.fr) 06 21 44 60 50

## BULLETIN D'INSCRIPTION

*A envoyer à Nancy Pratt  
avec le chèque d'arrhes,  
après accord téléphonique (06 21 44 60 50)*

### **RAID DE SKI DE RANDONNÉE NORDIQUE EN QUEBEC** pour skieurs confirmés sur pistes non tracées dans un terrain accidenté 3 - 11 mars 2018

**NOM :** Prénom :

**Adresse :**

**Tél. :** email :

**n° de carte CIHM 2018 (OBLIGATOIRE) :**

**Personne à prévenir en cas de besoin :**

Nom : Prénom :

Parenté :

Tel. : Adresse mail :

**A cocher :**

**J'ai mon matériel adéquat – skis, vêtements chauds, peaux, pelle, duvet - pour le ski nordique en totale autonomie dans des conditions enneigées et parfois de grand froid**

Je  **déclare être en bonne santé**, adepte à faire du ski nordique dans des conditions changeantes et parfois physiquement difficiles

**Je déclare être assuré(e) pour l'activité choisie à l'étranger:**

Assureur : N° licence

J'ai pris connaissance des **conditions d'annulation\***

Je m'occupe moi-même de la réservation du billet d'avion et de la chambre d'hôtel à Québec **après** avoir obtenu l'accord d'inscription auprès des organisateurs

**Arrhes : cheque de 100 € à l'ordre de Nancy Pratt à joindre à ce bulletin**  
(Nancy Pratt 29, rue Censier 75005 Paris)

**Date et signature**

\* **Annulation éventuelle** : Arrhes non-remboursés. Si le participant n'est pas remplacé, perte de la part individuelle des dépenses communes une fois celles-ci engagées (réservation des refuges, entrée au parc, location de voiture, nourriture ...)