

La *Virée*
Nordique
de Charlevoix



GUIDE DU PARTICIPANT

MARATHON DE SKI

16-17-18 FÉVRIER 2024

UNE PRÉSENTATION DE



PROGRAMMATION 2024

VENDREDI 16 FÉVRIER

18 h

| Fairmont Le Manoir Richelieu

**CHARLEVOIX CÉLÈBRE
PIERRE LAVOIE**

20 h

| Fairmont Le Manoir Richelieu

COCKTAIL

SAMEDI 17 FÉVRIER

6 h 30

| Petite-Rivière-Saint-François

MARATHON – 60 KM

8 h 30 à 9 h 30

| Baie-Saint-Paul

MARATHON – 43 KM

9 h à 10 h

| Saint-Joseph-de-la-Rive

MARATHON – 30 KM

11 h

| Mont Grand-Fonds

KM VERTICAL – ENDURO

13 h

| Mont Grand-Fonds

KM VERTICAL – SPRINT

DIMANCHE 18 FÉVRIER

8 h à 9 h 30

| Parc des Hautes-Gorges

VIRÉE DANS LA VALLÉE
– 15 km ski de fond

9 h à 10 h

| Saint-Joseph-de-la-Rive

MARATHON – 30 KM

10 h à 11 h

| St-Irénée

PARCOURS FAMILLE
– 10 km ski de fond

10 h à 11 h

| Cap-aux-Oies

MARATHON – 18 KM

13 h

| Parc des Hautes-Gorges

COURSE DU YÉTI
– 5 km / 10 km course de raquette

JEUDI 22 FÉVRIER

10 h à 16 h

| La Malbaie

SKI-O-THON

MERCREDI 28 FÉVRIER

9 h

| Clermont

TRIATHLON SCOLAIRE

La *Virée*
Nordique
de Charlevoix

VIREENORDIQUE.COM



MOT DES FONDATEURS

« Voilà **onze ans** que La Virée Nordique de Charlevoix a vu le jour. Que de chemin parcouru depuis ce temps! Passionnés par le plein air hivernal, nous souhaitons donner des occasions aux visiteurs de l'extérieur de la région, mais aussi aux gens d'ici, de découvrir Charlevoix sous un nouveau jour et ainsi leur donner la piqure des sports d'hiver. C'est ainsi que nous avons développé au fil des ans des **parcours uniques, dans des lieux grandioses et accessibles seulement une fois par année.**

Tous deux médecins, nous avons aussi pour objectif que la Virée Nordique de Charlevoix contribue à **la promotion de la santé et des saines habitudes de vie** avec une programmation pouvant rejoindre des gens de tous âges et de tous les niveaux sportifs, du débutant jusqu'à l'athlète aguerri, avec des activités majoritairement participatives et non compétitives.

Nous sommes fiers des retombées de l'événement depuis dix ans et de la belle mobilisation des gens de Charlevoix autour de cet événement festif et rassembleur. Beaucoup de bénévoles et d'organisations se sont impliqués et ont permis à la Virée nordique de Charlevoix de devenir ce qu'elle est aujourd'hui.

Nous sommes reconnaissants pour chaque geste qui a été posé pour soutenir l'organisme et sa mission.

En participant à nos activités, vous faites vous aussi partie de notre grande famille et nous vous en remercions. Nous vous souhaitons un très agréable séjour avec nous et encore plusieurs autres à venir peut-être!

Dr Danielle Ouellet et Dr Jean-Luc Dupuis



**CHARLES MILLER, ISABELLE DIONNE
ET BERNARD LETARTE**

Responsables du Marathon de ski

Présentes pour soutenir les activités offertes aux amateurs de sports d'hiver



Les Caisses Desjardins de la région de Charlevoix sont fières d'appuyer La Virée Nordique de Charlevoix dans sa mission de promouvoir la santé et les saines habitudes de vie à travers les paysages hivernaux uniques de Charlevoix.



SAMEDI 17 FÉVRIER

60 KM

› VENDREDI 16 FÉVRIER

17 h à 21 h Remise des dossards
Hôtel Le Germain Charlevoix,
50 Rue de la Ferme,
Baie-Saint-Paul

⚠ Une carte d'identité sera exigée.

› SAMEDI 17 FÉVRIER

5 h 30 Départ de la navette
Hôtel Le Germain Charlevoix,
50 Rue de la Ferme,
Baie-Saint-Paul

Vous pouvez vous faire reconduire au départ mais vous ne pouvez pas laisser de véhicule à Petite-Rivière-Saint-François pour la journée.

6 h 20 Arrivée à
Petite-Rivière-Saint-François
1067, rue Principale

Vous aurez accès à des toilettes et à un édifice chauffé pour vos derniers préparatifs.

Sac (dropbag)

Vous pourrez laisser un sac identifié à votre nom et numéro de dossard qui sera ramené à l'arrivée.

6 h 30 Départ

Temps limite pour passer aux ravitos

13 h Saint-Joseph-de-la-Rive

14 h Cap-aux-Oies

15 h St-Irénée

** Les participants en retard sont dirigés vers une navette qui les amènera à La Malbaie*

Arrivée à La Malbaie
Café de la Gare, 100 chemin du Havre

NAVETTES DU RETOUR

Aucune réservation requise à l'avance.

11 h à 18 h Des navettes quitteront le Café de la Gare environ toutes les 30 minutes pour ramener les participants à Baie-Saint-Paul.



RÉSERVATION OBLIGATOIRE DE VOTRE NAVETTE

Vous avez jusqu'au 11 février à minuit pour réserver votre navette pour le départ de votre randonnée de ski via le formulaire envoyé par infolettre. Ce formulaire est aussi disponible sur le site web de la Virée nordique de Charlevoix.

SAMEDI 17 FÉVRIER

43 KM

➤ VENDREDI 16 FÉVRIER

**17 h
à 21 h** Remise des dossards
Hôtel Le Germain Charlevoix,
50 Rue de la Ferme,
Baie-Saint-Paul

⚠ Une carte d'identité sera exigée.

➤ SAMEDI 17 FÉVRIER

**8 h
à 9 h 30** Remise des dossards
Hôtel Le Germain Charlevoix,
50 Rue de la Ferme,
Baie-Saint-Paul

⚠ Une carte d'identité sera exigée.

Sac (dropbag)

Vous pourrez laisser un sac identifié à votre nom et numéro de dossard qui sera ramené à l'arrivée.

Départs en continu derrière l'hôtel*

* Vous partez quand vous êtes prêts.

**8 h 30
à 9 h 30** (Aucun départ avant 8 h car la sécurité, la logistique des ravitaillements et le traçage de la piste ne seront pas prêts à vous recevoir.)

Temps limite pour passer aux ravitos

13 h Saint-Joseph-de-la-Rive

14 h Cap-aux-Oies

15 h St-Irénée

** Les participants en retard sont dirigés vers une navette qui les amènera à La Malbaie*

Arrivée à La Malbaie

Café de la Gare, 100 chemin du Havre

* Pour avoir plus de temps pour réaliser votre randonnée, planifiez partir parmi les premiers.

NAVETTES DU 43 KM

LA MALBAIE VERS BAIE-SAINT-PAUL

Des autobus partiront tous les 20 minutes environ, de 7 h à 8 h, de **La Malbaie du Café de la Gare** (100 chemin du Havre).

Vous pourrez vous stationner près du Café de la Gare. Lorsque celui-ci sera rempli, vous serez dirigés au Musée de Charlevoix ou au Centre d'études collégiales où les navettes passeront pour vous récupérer.

Durée de déplacement estimée : **45-60 minutes** (selon les conditions météo).

STATIONNEMENT À BAIE-SAINT-PAUL

Vous pouvez vous stationner à Baie-Saint-Paul pour prendre le départ de votre randonnée de ski. (Voir la carte des stationnements en annexes)

Merci de covoiturer pour utiliser le moins grand nombre de stationnements possible.

NAVETTES DU RETOUR

Aucune réservation requise à l'avance.

**11 h
à 18 h** Des navettes quitteront le Café de la Gare environ toutes les **30 minutes** pour ramener les participants à Baie-Saint-Paul.



RÉSERVATION OBLIGATOIRE DE VOTRE NAVETTE

Vous avez jusqu'au 11 février à minuit pour réserver votre navette pour le départ de votre randonnée de ski via le formulaire envoyé par infolettre. Ce formulaire est aussi disponible sur le site web de la Virée nordique de Charlevoix.

SAMEDI 17 FÉVRIER

30 KM

Tous les participants inscrits au 30 km doivent accéder au site de départ en navettes à partir de La Malbaie ou de Baie-Saint-Paul.

⚠ Obligatoire

Cette mesure est nécessaire en raison de l'absence d'espace de stationnements au site de départ à Saint-Joseph-de-la-Rive.

➤ SAMEDI 17 FÉVRIER

8 h 30 à 10 h Récupération des dossards à Saint-Joseph-de-la-Rive

⚠ Une carte d'identité sera exigée.

Sac (dropbag)

Vous pourrez laisser un sac identifié à votre nom et numéro de dossard qui sera ramené à l'arrivée.

Départs en continu*

* Vous partez quand vous êtes prêts.

9 h à 10 h

(Aucun départ avant 8 h car la sécurité, la logistique des ravitaillements et le traçage de la piste ne seront pas prêts à vous recevoir)

Temps limite pour passer aux ravitos

13 h Cap-aux-Oies

14 h St-Irénée

* Les participants en retard sont dirigés vers une navette qui les amènera à La Malbaie

Arrivée à La Malbaie

Café de la Gare, 100 chemin du Havre

⚠ RÉSERVATION OBLIGATOIRE DE VOTRE NAVETTE

Vous avez jusqu'au 11 février à minuit pour réserver votre navette pour le départ de votre randonnée de ski via le formulaire envoyé par infolettre. Ce formulaire est aussi disponible sur le site web de la Virée nordique de Charlevoix.

NAVETTES DU 30 KM

LA MALBAIE VERS SAINT-JOSEPH-DE-LA-RIVE

Des autobus partiront à toutes les 20-30 minutes environ, de 8 h à 9 h, de **La Malbaie du Centre d'études collégiales** (855 Rue Richelieu).

Durée de déplacement estimée : **45-60 minutes** (selon les conditions météo).

BAIE-SAINT-PAUL VERS SAINT-JOSEPH-DE-LA-RIVE

Des autobus partiront de 8 h à 9 h de l'**Hôtel Le Germain Charlevoix** (50 Rue de la Ferme, Baie-Saint-Paul).

Durée de déplacement estimée : **30 minutes** (selon les conditions météo).

STATIONNEMENT POUR LE 30 KM

Vous pouvez vous stationner au **Centre d'études collégiales** (855 Rue Richelieu) ou à l'**Hôtel Le Germain Charlevoix** (50 Rue de la Ferme, Baie-Saint-Paul) pour prendre votre navette (Voir la carte des stationnements en annexes)

Merci de covoiturer pour utiliser le moins grand nombre de stationnements possible.

NAVETTES DU RETOUR

Aucune réservation requise à l'avance.

11 h à 18 h
VERS BAIE-SAINT-PAUL
Des navettes quitteront le Café de la Gare environ toutes les **30 minutes** pour ramener les participants à Baie-Saint-Paul.

11 h à 17 h
VERS LE CENTRE D'ÉTUDES COLLÉGIALES
Des navettes se rendront toutes les heures au Centre d'études collégiales de La Malbaie.

* Pour avoir plus de temps pour réaliser votre randonnée, planifiez partir parmi les premiers.

DIMANCHE 18 FÉVRIER 30 KM

Tous les participants inscrits au 30 km doivent accéder au site de départ en navettes à partir de La Malbaie ou de Baie-Saint-Paul.

⚠ Obligatoire

Cette mesure est nécessaire en raison de l'absence d'espace de stationnements au site de départ à Saint-Joseph-de-la-Rive.

➤ DIMANCHE 18 FÉVRIER

8 h 30 à 10 h Récupération des dossards à Saint-Joseph-de-la-Rive

⚠ Une carte d'identité sera exigée.

Sac (dropbag)

Vous pourrez laisser un sac identifié à votre nom et numéro de dossard qui sera ramené à l'arrivée.

Départs en continu*

* Vous partez quand vous êtes prêts.

9 h à 10 h

(Aucun départ avant 8 h car la sécurité, la logistique des ravitaillements et le traçage de la piste ne seront pas prêts à vous recevoir)

Temps limite pour passer aux ravitos

13 h Cap-aux-Oies

14 h St-Irénée

* Les participants en retard sont dirigés vers une navette qui les amènera à La Malbaie

Arrivée à La Malbaie

Café de la Gare, 100 chemin du Havre



RÉSERVATION OBLIGATOIRE DE VOTRE NAVETTE

Vous avez jusqu'au 11 février à minuit pour réserver votre navette pour le départ de votre randonnée de ski via le formulaire envoyé par infolettre. Ce formulaire est aussi disponible sur le site web de la Virée nordique de Charlevoix.

NAVETTES DU 30 KM

LA MALBAIE VERS SAINT-JOSEPH-DE-LA-RIVE

Des autobus partiront à 8 h, de La Malbaie, du Centre d'études collégiales (855 Rue Richelieu).

Durée de déplacement estimée : **45-60 minutes** (selon les conditions météo).

BAIE-SAINT-PAUL VERS SAINT-JOSEPH-DE-LA-RIVE

Des autobus partiront de 8 h à 8 h 30 de l'Hôtel Le Germain Charlevoix (50 Rue de la Ferme, Baie-Saint-Paul).

Durée de déplacement estimée : **30 minutes** (selon les conditions météo).

STATIONNEMENT POUR LE 30 KM

Vous pouvez vous stationner au Centre d'études collégiales (855 Rue Richelieu) ou à l'Hôtel Le Germain Charlevoix (50 Rue de la Ferme, Baie-Saint-Paul) pour prendre votre navette. (Voir la carte des stationnements en annexes)

Merci de covoiturer pour utiliser le moins grand nombre de stationnements possible.

NAVETTES DU RETOUR

Aucune réservation requise à l'avance.

11 h à 17 h
VERS BAIE-SAINT-PAUL
Des navettes quitteront le Café de la Gare environ toutes les **30 minutes** pour ramener les participants à Baie-Saint-Paul.

11 h à 17 h
VERS LE CENTRE D'ÉTUDES COLLÉGIALES
Des navettes se rendront toutes les **30 minutes** au Centre d'études collégiales de La Malbaie.

* Pour avoir plus de temps pour réaliser votre randonnée, planifiez partir parmi les premiers.

DIMANCHE 18 FÉVRIER 18 KM

Tous les participants inscrits au 18 km doivent accéder au site de départ en navettes à partir de La Malbaie ou de Baie-Saint-Paul.

⚠ Obligatoire

Cette mesure est nécessaire en raison de l'absence d'espace de stationnements au site de départ à Cap-aux-Oies.

IMPORTANT

Si les conditions météo sont défavorables, le parcours du 18 km pourrait être modifié sans préavis afin d'assurer votre sécurité.

➤ DIMANCHE 18 FÉVRIER

Remise des dossards

8 h
à 9 h

Centre d'études collégiales
855 Rue Richelieu
L'Hôtel Le Germain Charlevoix
50 Rue de la Ferme, Baie-Saint-Paul

⚠ Une carte d'identité sera exigée.

Sac (dropbag)

Vous pourrez laisser un sac identifié à votre nom et numéro de dossard qui sera ramené à l'arrivée.

Départs en continu à Cap-aux-Oies

10 h
à 11 h

(Aucun départ avant 8 h car la sécurité, la logistique des ravitaillements et le traçage de la piste ne seront pas prêts à vous recevoir)

Arrivée à La Malbaie

Café de la Gare, 100 chemin du Havre

Temps limite pour passer aux ravitos

14 h St-Irénée

* Les participants en retard sont dirigés vers une navette qui les amènera à La Malbaie

NAVETTES DU 18 KM

LA MALBAIE VERS CAP-AUX-OIES

Des autobus partiront à toutes les 20-30 minutes environ, de 9 h 30 à 10 h 15, de **La Malbaie du Centre d'études collégiales** (855 Rue Richelieu).

Durée de déplacement estimée : **30 minutes** (selon les conditions météo).

BAIE-SAINT-PAUL VERS CAP-AUX-OIES

Des autobus partiront de 9 h 30 à 10 h 15 de l'**Hôtel Le Germain Charlevoix** (50 Rue de la Ferme, Baie-Saint-Paul).

Durée de déplacement estimée : **40 minutes** (selon les conditions météo).

STATIONNEMENT POUR LE 18 KM

Vous pouvez vous stationner au **Centre d'études collégiales** (855 Rue Richelieu) ou à l'**Hôtel Le Germain Charlevoix** (50 Rue de la Ferme, Baie-Saint-Paul) pour prendre votre navette. (Voir la carte des stationnements en annexes)

Merci de covoiturer pour utiliser le moins grand nombre de stationnements possible.

NAVETTES DU RETOUR

Aucune réservation requise à l'avance.

VERS BAIE-SAINT-PAUL

Des navettes quitteront le Café de la Gare environ toutes les **30 minutes** pour ramener les participants à Baie-Saint-Paul.

VERS LE CENTRE D'ÉTUDES COLLÉGIALES

Des navettes se rendront toutes les 30 minutes au Centre d'études collégiales de La Malbaie.



RÉSERVATION OBLIGATOIRE DE VOTRE NAVETTE

Vous avez jusqu'au 11 février à minuit pour réserver votre navette pour le départ de votre randonnée de ski via le formulaire envoyé par infolettre. Ce formulaire est aussi disponible sur le site web de la Virée nordique de Charlevoix.

HORAIRE

60 KM SAMEDI 17 FÉVRIER	
17 h À 21 h VENDREDI 17 FÉVRIER	REMISE DES DOSSARDS Hôtel Le Germain Charlevoix 50 rue de la Ferme, Baie-Saint-Paul ⚠ Carte d'identité obligatoire
5 h 30	DÉPART EN NAVETTES Hôtel Le Germain Charlevoix 50 rue de la Ferme, Baie-Saint-Paul ⚠ Inscription obligatoire
6 h 30	DÉPART Petite-Rivière-Saint-François 1067, rue Principale
11 h À 18 h	RETOUR EN CONTINU DES NAVETTES du Café de la Gare (arrivée à La Malbaie) vers Baie-Saint-Paul selon les besoins. Optionnel. Durée de déplacement estimée : 45-60 minutes (selon les conditions météo)

43 KM SAMEDI 17 FÉVRIER	
17 h À 21 h VENDREDI 17 FÉVRIER	REMISE DES DOSSARDS Hôtel Le Germain Charlevoix 50 rue de la Ferme, Baie-Saint-Paul ⚠ Carte d'identité obligatoire
7 h À 8 h	NAVETTES DE LA MALBAIE Café de la gare 100 Ch. du Havre, La Malbaie. Optionnel. Durée de déplacement estimée : 45-60 minutes (selon les conditions météo)
8 h À 9 h 30	REMISE DES DOSSARDS Hôtel Le Germain Charlevoix 50 rue de la Ferme, Baie-Saint-Paul ⚠ Carte d'identité obligatoire
8 h 30 À 9 h 30	DÉPART EN CONTINU Hôtel Le Germain Charlevoix 50 rue de la Ferme, Baie-Saint-Paul Vous partez aussitôt que vous êtes prêts. Aucun participant ne peut rester à l'intérieur du bâtiment.
11 h À 18 h	RETOUR EN CONTINU DES NAVETTES du Café de la Gare (arrivée à La Malbaie) vers Baie-Saint-Paul selon les besoins. Optionnel. Durée de déplacement estimée : 45-60 minutes (selon les conditions météo)

30 KM SAMEDI 17 FÉVRIER ET DIMANCHE 18 FÉVRIER	
<u>SAMEDI</u> 8 h À 9 h	NAVETTES (OBLIGATOIRE) De La Malbaie, du Centre d'études collégiales (855 Rue Richelieu) ou Hôtel Le Germain Charlevoix à Baie-Saint-Paul vers Saint-Joseph-de-la-Rive. Au choix. ⚠ Réservation de la navette OBLIGATOIRE Durée de déplacement estimée : 30-45 minutes (selon les conditions météo)
<u>DIMANCHE</u> • LA MALBAIE 8h • BAIE-SAINT-PAUL 8 h À 8 h 30	
8 h 30 À 10 h	REMISE DES DOSSARDS Ancienne école de Saint-Joseph-de-la-Rive ⚠ Carte d'identité obligatoire
9 h À 10 h	DÉPART EN CONTINU Saint-Joseph-de-la-Rive ⚠ Il est interdit de s'y rendre par ses propres moyens. Vous partez aussitôt que vous êtes prêts. Aucun participant ne peut rester à l'intérieur du bâtiment.
<u>SAMEDI</u> 11 h À 18 h <u>DIMANCHE</u> 11 h À 17 h	RETOUR EN CONTINU DES NAVETTES du Café de la Gare (arrivée à La Malbaie) vers vers Baie-Saint-Paul ou le Centre d'études collégiales. Optionnel. Durée de déplacement estimée : 45-60 minutes (selon les conditions météo)

18 KM DIMANCHE 18 FÉVRIER	
8 h À 9 h	REMISE DES DOSSARDS Centre d'études collégiales (855 Rue Richelieu) L'Hôtel Le Germain Charlevoix. Au choix. ⚠ Carte d'identité obligatoire
9 h 30 À 10 h 15	NAVETTES (OBLIGATOIRE) Centre d'études collégiales (855 Rue Richelieu) L'Hôtel Le Germain Charlevoix. Au choix. ⚠ Réservation de la navette OBLIGATOIRE Durée de déplacement estimée : 30-45 minutes (selon les conditions météo)
10 h À 11 h	DÉPART Cap-aux-Oies ⚠ Si les conditions météo sont défavorables, le parcours du 18 km pourrait être modifié sans préavis afin d'assurer votre sécurité.
11 h À 17 h	RETOUR EN CONTINU DES NAVETTES du Café de la Gare (arrivée à La Malbaie) vers vers Baie-Saint-Paul ou le Centre d'études collégiales. Optionnel. Durée de déplacement estimée : 45-60 minutes (selon les conditions météo)



GÉNÉRALITÉS À L'ATTENTION DE TOUS LES PARTICIPANTS

PARCOURS

Le parcours sera tracé en double piste. Selon la quantité de neige tombée, certaines sections pourraient être tracées en simple piste. Le traçage final est réalisé le matin même.

** Rappelez-vous qu'il s'agit d'un parcours tracé et balisé une seule fois dans l'année. Il est normal que la qualité de traçage ne soit pas équivalente à ce que vous pourriez retrouver dans un centre de ski de fond. Nous vous remercions de votre compréhension.

VITESSE DE RANDONNÉE

Nous rappelons que la randonnée est participative et non chronométrée. Nous comptons sur le savoir vivre des participants pour laisser passer les skieurs qui souhaitent dépasser, en demeurant courtois.

Prenez le départ en fonction du temps dont vous pensez avoir besoin pour réaliser le parcours. Les skieurs doivent avoir quitté le ravitaillement de Saint-Joseph-de-la-Rive à 13h et celui de St-Irénée à 15h pour assurer votre sécurité et celle de nos bénévoles.

À titre de référence, la vitesse LA PLUS LENTE est estimée à 6 km/h, soit plus vite qu'une marche rapide. Tout participant ne rencontrant pas ce standard sera prié d'interrompre sa randonnée au point de contrôle de Saint-Joseph-de-la-Rive, St-Irénée ou de Cap-aux-Oies. Il sera ensuite reconduit à La Malbaie afin de prendre le prochain autobus, s'il y a lieu.

EFFETS PERSONNELS

- Les effets personnels pourront être laissés dans un sac fermé à la remise des dossards. Ils seront gardés en lieu sûr et rendus disponibles à l'arrivée au Café de la gare à La Malbaie de 11 h jusqu'à 16h 45.
- Si vous ne parvenez pas à récupérer vos effets personnels à temps, vous devrez contacter l'organisation pour les récupérer où ils auront été rapatriés. Aucun effet personnel ne sera envoyé par la poste.

TOILETTES

Des toilettes sont disponibles à tous les ravitaillements (toilettes intérieures à Baie-Saint-Paul et Saint-Joseph-de-la-Rive et toilettes extérieures à Cap-aux-Oies et Saint-Irénée).

MATÉRIEL OBLIGATOIRE

- **TÉLÉPHONE CELLULAIRE**
Il est obligatoire de transporter un cellulaire. Celui-ci devrait être pleinement chargé et sa gestion faite de façon à assurer sa fonctionnalité pendant toute la durée de l'évènement. À cet effet, nous conseillons de le garder près d'une source de chaleur (près du corps ou dans une poche avec un «hot pack»).
- **NUMÉRO D'URGENCE**
Enregistrez à l'avance le numéro d'urgence (833 427 7422 #1) sur votre téléphone afin de pouvoir prévenir directement l'équipe de sécurité de toute situation problématique.

• RAVITAILLEMENT

Des boissons froides et chaudes seront disponibles le long du parcours à chacun des ravitaillements et à l'arrivée. Nous vous demandons d'apporter vos verres et/ou tasses réutilisables. Pour des raisons écologiques et de logistique, les ravitos ne fourniront aucun verre ou tasse pour le service des boissons et aliments.

• VÊTEMENTS MULTICOUCHES

Vous devez prévoir les vêtements adaptés à la météo ainsi que tout le nécessaire, au cas où la randonnée ne se déroulerait pas comme prévue (blessure, fatigue, changement rapide de la température, etc.)

• CHAUFFE MAINS/PIEDS

Nous vous recommandons d'avoir avec vous des "chauffe-mains/pieds".

• COLLATIONS NUTRITIVES

Les ravitos offriront des produits cuisinés par des boulangeries locales (ex : galettes, carrés aux dattes, brownies) ainsi que des noix. Pour tout autre aliment que vous aimeriez manger pendant votre randonnée, nous vous invitons à les prévoir vous-mêmes.

RAVITAILLEMENTS

- **Baie-Saint-Paul**
17 km du départ de Petite-Rivière-Saint-François
- **Saint-Joseph-de-la-Rive**
14 km de Baie-Saint-Paul
- **Cap-aux-Oies**
11 km de Saint-Joseph-de-la-Rive
- **Saint-Irénée**
10 km de Cap-aux-Oies
- **Arrivée La Malbaie**
9 km de Saint-Irénée

FARTAGE

- Les participants sont priés de préparer leurs skis avant d'arriver aux sites de départ de l'événement. Il n'y aura pas de local disponible pour le fartage sur les sites de départ.
- Il est également recommandé d'avoir en sa possession des cires adaptées aux différentes conditions prévisibles durant la journée.

SÉCURITÉ

- Un directeur de sécurité sera présent au départ et pendant la journée. Celui-ci pourra à tout moment demander à un participant d'interrompre sa randonnée pour des raisons de sécurité.
- En cas de conditions météo extrêmes, l'organisation peut décider d'annuler l'événement sans préavis afin d'assurer la sécurité de tous. La politique d'annulation sera alors communiquée aux participants inscrits.
- Des motoneigistes sont situés aux postes de contrôle et en réserve afin d'être prêts à secourir les participants en difficulté.

ABANDON

Des autobus chauffés seront stationnés à Cap-aux-Oies et St-Irénée et pourront ramener à l'arrivée les participants qui ne sont pas en mesure de terminer leur randonnée de ski.

Un bâtiment chauffé sera aussi disponible à Saint-Joseph-de-la-Rive pour les participants qui ont besoin d'une pause ou qui doivent abandonner.

- Au besoin, des ressources de premiers soins et médicales seront disponibles et transportées vers le participant en difficulté.
- Le participant doit, si possible, se rendre à un ravitaillement ou appeler par cellulaire au numéro (833) 427-7422 #1 pour obtenir de l'aide.
- Un fermier de piste à l'arrière des participants et certains secouristes à l'intérieur des pelotons seront aussi présents en guise de support. Ces personnes sont dotées d'un radio téléphone permettant de relayer l'information à l'équipe.

ENFANTS

Pour des questions d'assurances et de sécurité, nous n'acceptons pas la présence d'enfants en chariot sur les parcours de 60 km, 43 km, 30 km et 18 km.

ANIMAUX

Les chiens ou autres animaux ne sont pas autorisés.

BALISAGE

Une signalisation est installée à tous les km* pour indiquer la distance qui reste à parcourir jusqu'à l'arrivée à La Malbaie.

Il est important de les remarquer pour être capable, au besoin, d'en faire part aux différents intervenants responsables de la sécurité si une situation nécessitant leur intervention survient.

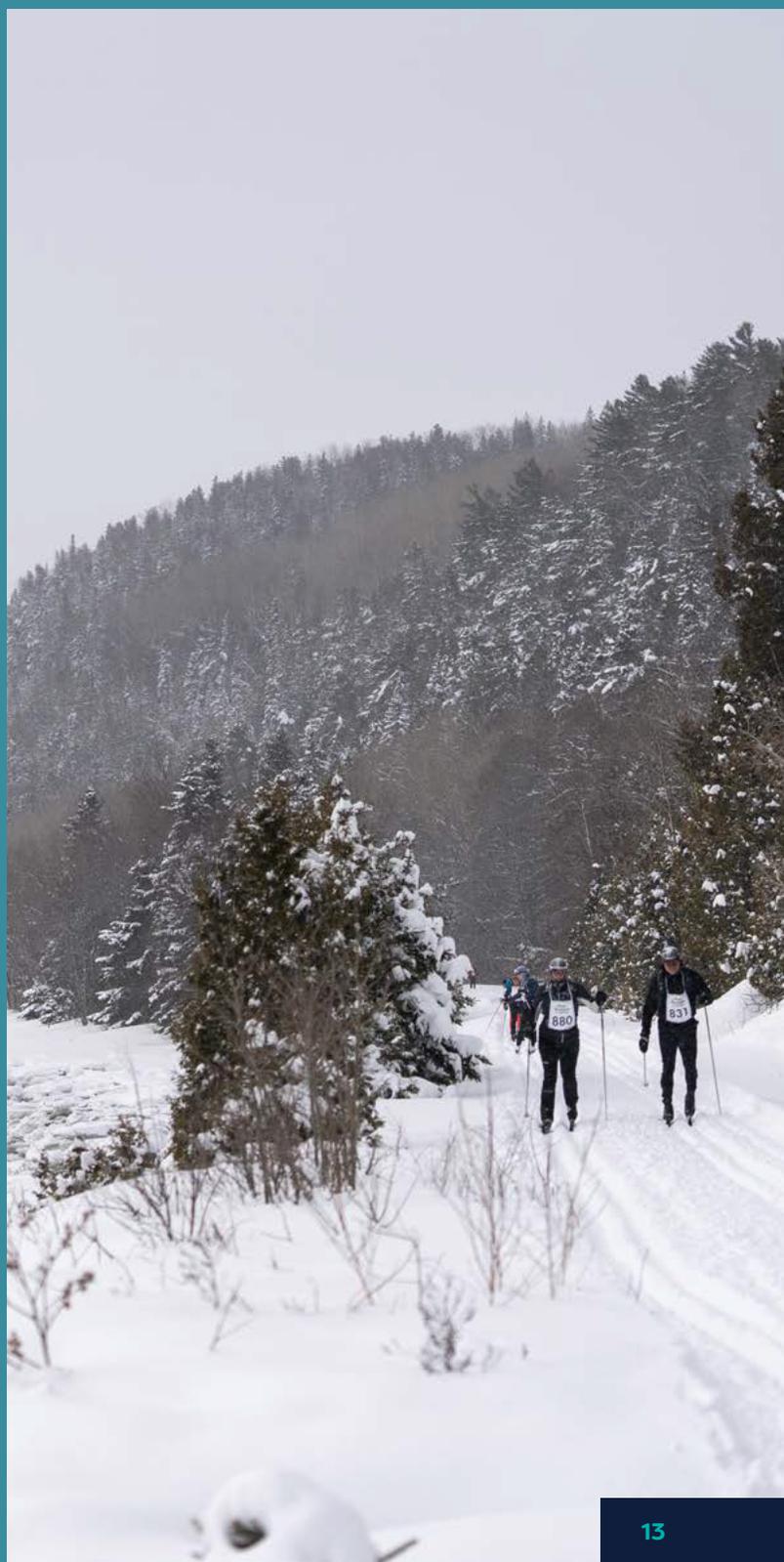
*Prendre note que le balisage n'est pas exacte à 100% et qu'il peut y avoir un léger écart par rapport à la distance affichée.

OBSTACLES ET TRAVERSES DE RUES/CHEMINS

- Quatre ponts aux traverses ajourées : des toiles ont été posées pour retenir la neige entre les rails du chemin de fer. Le participant pourra les emprunter sans enlever ses skis. Leur longueur est inférieure à 15 m sauf dans le cas du pont de la rivière du Gouffre à Baie-Saint-Paul (longueur 30 m) sur lequel sont installés un trottoir et un garde.
- Un tunnel de 65m dans une falaise située aux Éboulements. Le participant devra enlever ses skis pour franchir ce tunnel.
- Routes traversées : il y a cinq routes principales où le participant devra enlever ses skis; des bénévoles sont présents pour y assurer la sécurité
 - 1 - Rue Sainte-Anne à Baie-Saint-Paul
 - 2 - Rue Saint-Joseph à Baie-Saint-Paul
 - 3 - Route du quai à Saint-Joseph-de-la-Rive
 - 4 - Rue de l'Église à Saint-Joseph-de-la-Rive
 - 5 - Chemin du Havre à Pointe au Pic

Nous recommandons d'utiliser des skis usagés si vous craignez d'abîmer vos skis.

Nous préparerons la piste le mieux possible mais nous ne pouvons pas garantir une qualité optimale de neige et de parcours car les conditions météo peuvent changer rapidement.



60 KM SKI DE FOND

La *Virée* *Nordique* de Charlevoix

ARRIVÉE
À LA MALBAIE

SAINT-IRÉNÉE

CAP-AUX-OIES

LES ÉBOULEMENTS

BAIE-SAINT-PAUL

PETITE-RIVIÈRE-SAINT-FRANÇOIS

Pour visualiser la carte interactive de l'événement,
[visitez le site web.](#)

**PARTICIPANTS DU
30 KM
ET 18 KM**

**STATIONNEMENT AU
CENTRE D'ÉTUDES
COLLÉGIALES DE CHARLEVOIX**

855 Rue Richelieu, La Malbaie,
QC G5A 2X7

Une navette fera l'aller retour
Café de la gare - Centre
d'études Collégiales
en après midi.

**PARTICIPANTS DU
43 KM**

**STATIONNEMENT DU
MUSÉE DE CHARLEVOIX**

10 Chem. du Havre, La Malbaie,
QC G5A 2Y8

**PARTICIPANTS DU
43KM**

**STATIONNEMENT
DU CAFÉ DE LA GARE**

100 Chem. du Havre, La Malbaie,
QC G5A 2Y9

ARRIVÉE DU MARATHON

CARTE DES STATIONNEMENTS LA MALBAIE

FLEUVE SAINT-LAURENT

La *Virée*
Nordique
de Charlevoix

CARTE DES STATIONNEMENTS BAIE-SAINT-PAUL

CHEMIN DE L'HÔPITAL

RUE AMBROISE FAFARD



STATIONNEMENT DE LA CLINIQUE DENTAIRE POISSON ET ASSOCIÉS

67, rue Ambroise-Fafard, Baie-Saint-Paul

RUE DE LA FERME

STATIONNEMENT DE L'HÔTEL LE GERMAIN

50 Rue de la Ferme, Baie-Saint-Paul



Utilisez le stationnement
à l'ouest de l'hôtel, le long
de la gare de train.

La *Virée*
Nordique
de Charlevoix



L'APRÈS-SKI DU MARATON

SAMEDI 17 FÉVRIER



HÉBERGEMENT
CHARLEVOIX

Au moment d'enlever vos skis, des bouchées et la traditionnelle ponce de gin de Menaud seront disponibles. Ce sera le moment idéal pour vous réchauffer au bord de nos petits feux de foyer.

À l'intérieur du Café de la Gare : une collation d'après-ski vous sera gracieusement offerte, soit un wrap au poulet croustillant ou végétarien, avec une option d'une soupe en accompagnement. Les cousins Alex Bouchard et Samuel Racine, deux anguilles de Petite-Rivière, gratteront leurs guitares pour le plaisir de vos oreilles!

CONCOURS

VALEUR DE 625\$

GAGNEZ UN WEEK-END DE RÊVE DANS CHARLEVOIX

La Virée Nordique de Charlevoix X LA TRAVERSÉE DE CHARLEVOIX

POUR PARTICIPER : vireenordique.com/concours

En collaboration avec La Traversée de Charlevoix, gagnez un séjour de deux nuits dans le chalet l'Eudore, situé au départ du sentier du mont du Dôme et offrant une vue magnifique sur la vallée. Ce chalet rustique peut accueillir jusqu'à 14 personnes.

Vous avez jusqu'au 29 février 2024 pour participer.



POLITIQUES D'INSCRIPTION, DE TRANSFERTS ET D'ANNULATIONS

POLITIQUE D'ANNULATIONS ET TRANSFERTS

- Les inscriptions ne sont pas remboursables sous aucune raison. Elles ne sont pas transférables d'une année à une autre non plus.
- Il est possible de transférer une inscription à un autre participant moyennant des frais de 15\$ en contactant info@vireenordique.com avant dimanche le 11 février à midi.

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT EN CAS D'ANNULATION D'UNE ÉPREUVE

En cas de force majeure (ex. feu de forêt, tempête, présence de faune dangereuse aux abords du parcours) ou de toute autre raison hors de contrôle de l'organisation, la Virée Nordique de Charlevoix se réserve le droit de modifier le lieu ou la distance du parcours pour éviter de mettre en péril la sécurité des participants.

- La Virée Nordique de Charlevoix se réserve aussi le droit de suspendre ou annuler la course si les conditions météo peuvent mettre en danger les participants, les bénévoles et les secouristes ou si les mesures sanitaires l'obligent.

- Dans le cas de l'annulation d'une épreuve à plus de 15 jours avant la date du départ, les frais d'inscription seront remboursés à 75%. Dans le cas de l'annulation d'une épreuve à 15 jours et moins du départ, les modalités seront communiquées aux participants selon la situation.
- La Virée Nordique de Charlevoix s'engage à informer les athlètes des changements par les moyens convenant à la situation.

PLANIFICATION DE VOTRE SÉJOUR

- Si vous recherchez des hébergements, des lieux de restauration ou d'autres activités touristiques à faire dans la région pendant votre séjour, nous vous invitons à consulter notre site web pour obtenir quelques recommandations : vireenordique.com/ou-dormir/
- Le site web de Tourisme Charlevoix est aussi une excellente référence : tourisme-charlevoix.com

VÉRIFICATIONS ET INSTRUCTIONS DE DERNIÈRES HEURES

Tout changement dans les modalités de déroulement de l'événement fera l'objet d'une infolettre qui vous sera transmise par courriel.

Vous êtes aussi encouragés à aller sur la page Facebook de la Virée Nordique de Charlevoix pour obtenir l'information à jour.

En cas de conditions météo extrêmes, l'organisation peut décider d'annuler l'événement sans préavis afin d'assurer la sécurité de tous.

QUESTIONS?

Vous avez encore des questions?

Écrivez-nous à info@vireenordique.com et nous y répondrons dans les plus brefs délais.

Suivez-nous sur [Facebook](#) et [Instagram](#) et utilisez notre hashtag officiel dans vos publications **#vireenordique!** Partagez aussi les photos de vos entraînements et de votre participation pour que nous puissions vous connaître.



NOS PARTENAIRES

L'équipe de la Virée Nordique de Charlevoix aimerait remercier tous les partenaires qui rendent possible l'activité du Marathon de ski de fond.

[Découvrez nos partenaires](#)

PARTENAIRES MAJEURS



Jean-Luc Dupuis MD
Danielle Ouellette MD



PARTENAIRES PLATINE



PARTENAIRES ARGENT



PARTENAIRES BRONZE



PARTENAIRES INSTITUTIONNELS



FOURNISSEURS



Menaud



PARTENAIRES D'HÉBERGEMENT





Profitez de
votre visite
pour découvrir
**LES SAVEURS
DE LA
RÉGION!**

La *Virée*
Nordique
de Charlevoix

BONNE PRÉPARATION ET À TRÈS BIENTÔT!

