

## Calendrier automne 2024

Entraînements d'automne pour les 9 ans et +

D-8 septembre	9h30	Val-Bélair (Secteur du Sommet)	Course en sentier
D-15 septembre	9h30	BPA Val-Bélair	Course en sentier
D-22 septembre	9h00	BPA Val-Bélair	Ascension du Mont-Bélair
M-25 septembre	18h30	Saint-Augustin	Ski à roulette
D-29 septembre	9h00	La Balade	Compétition cross-country
M-2 octobre	18h30	Saint-Augustin	Ski à roulette
D-6 octobre	9h30	La Balade	Course en sentier
M-9 octobre	18h30	Saint-Augustin	Ski à roulette
D-13 octobre	-	Action de grâce : congé	-
M-16 octobre	18h30	Saint-Augustin	Ski à roulette
D-20 octobre	9h30	Lac Saint-Augustin	Course en sentier
M-23 octobre	18h30	Saint-Augustin	Ski à roulette
D-27 octobre	9h00	Centre Castor	Compétition cross-country
M-30 octobre	18h30	Saint-Augustin	Ski à roulette
D-3 novembre	9h30	Parc Chauveau	Course en sentier
D-10 novembre	9h30	Sentier la Balade	Ski à roulettes**
D-17 novembre	9h30	Stoneham	Course en sentier
D-24 novembre	9h30	Plaines d'Abraham	Course + escaliers
L-25 novembre	19h00	Vidéoconférence TEAMS	Rencontre d'informations

D-1 <sup>er</sup> décembre	9h30	À déterminer	Possibilité de ski sur neige! **
D-8 décembre	9h30	À déterminer	
D-15 décembre	9h30	À déterminer	
D-22 décembre	9h30	À déterminer	

\*Matériel pour le ski à roulette : casque, bâtons et bottes combi ou de de type pas de patin. Assurez-vous d'avoir le bon matériel et qu'il soit ajusté adéquatement. Les skis à roulette sont prêtés par le club. Consulter le document [Équipements pour les entraînements d'automne](#) sur notre site web pour plus de détails.

\*\* Les entraînements du 6 octobre, 3 novembre et 1er décembre seront dirigés par l'équipe de Skibec. Les 5 clubs régionaux y sont invités.