



## Calendrier automne 2025

\* Entraînements d'automne pour les 9 ans et plus

D-14 septembre	9h30	Val-Bélair (Haut)	Course en sentier
D-21 septembre	9h	Ascension du Mont Bélair	Compétition course en sentier du club
M-24 septembre	18h30	St-Augustin	Ski à roulette
D-28 septembre	9h30	Duchesnay	Course en sentier
D-5 octobre	9h30	Mont Wright	Course en sentier
M-8 octobre	18h30	St-Augustin	Ski à roulette
D-12 octobre		Action de Grâce : congé	
D-19 octobre	9h30	Lac St-Augustin	Course en sentier
M-22 octobre	18h30	St-Augustin	Ski à roulette
D-26 octobre	9h30	Stoneham	Course en sentier
M-29 octobre	18h30	St-Augustin	Ski à roulette
D-2 novembre	9h30	Le saisonnier-Lac Beauport	Course en sentier
D-9 novembre	9h30	Parc Chauveau	Course en sentier
D-16 novembre	9h30	BPA Val-Bélair	Course en sentier
D-23 novembre	9h30	Plaines d'Abraham- Départ ski de fond	Course + escaliers
D-30 novembre	9h30	À déterminer	* Possibilité ski sur neige
D-7 décembre	9h30	À déterminer	
D-14 décembre	9h30	À déterminer	
D-21 décembre	9h30	À déterminer	

\* Matériel pour le ski à roulette : casque, bâtons et bottes combi ou de skate. 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.