



Offrez à vos jeunes l'expérience unique des Jeux du Québec d'hiver 2019 !

Au personnel enseignant, aux parents et aux amoureux de sport et de nature,

En mars 2019, la discipline du ski de fond offrira l'expérience d'une vie pour les jeunes et les délégations qui représenteront fièrement leur région aux finales des **Jeux du Québec d'hiver 2019** sur les **Plaines d'Abraham** en plein cœur de Québec.

Quelle chance pour vos jeunes de vivre ça!

Les épreuves de ski de fond auront lieu en partie sur le circuit des **Finales de la Coupe du monde** de ski de fond. Cette saison, **Alex Harvey** défendra son titre de champion du monde au 50 kilomètres style libre!



La fédération sportive **SKI DE FOND QUÉBEC** invite tous les jeunes à participer aux Finales régionales qui se tiendront partout au Québec et autour de chez-vous.

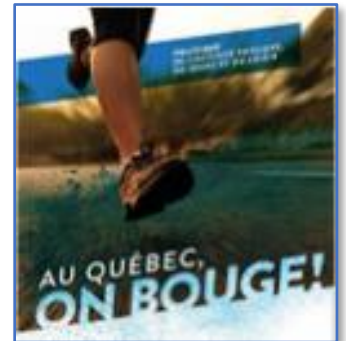
Quelles sont les conditions pour participer? Elles sont assez simples.

- L'âge : avoir 12, 13 ou 14 ans au 31 décembre 2018
 - Chaque région peut avoir une délégation maximale de 12 athlètes
 - 2 athlètes filles et 2 athlètes garçons de 12 ans
 - 2 athlètes filles et 2 athlètes garçons de 13 ans
 - 2 athlètes filles et 2 athlètes garçons de 14 ans
- Prendre part et se qualifier aux Finales régionales de ski de fond
 - Pour tous les détails, consulter <http://skidefondquebec.ca/jeux-du-quebec>
 - Parmi les conditions d'admissibilité, il faut être membre d'un club affilié et rencontrer les critères Espoir; et
 - Participer aux Finales régionales.

Prenez part à cette belle célébration multisports de toutes les régions du Québec.

Pourquoi choisir le ski de fond?

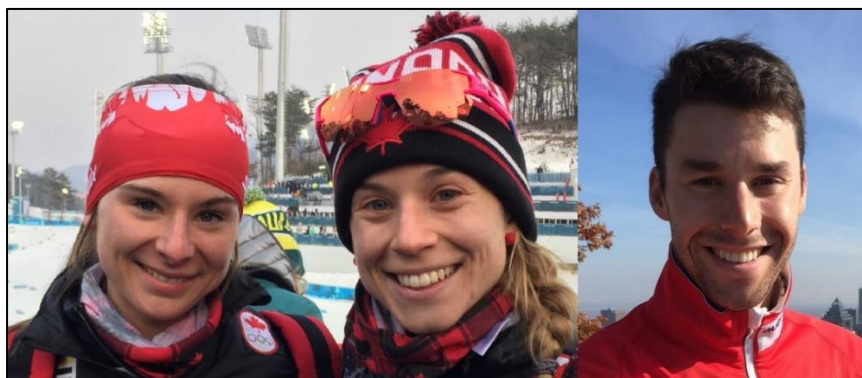
Le ski de fond est enlevant, sain et complet, offrant un potentiel de développement optimal des habilités physiques et mentales, qu'on le pratique pour s'amuser ou pour cheminer dans un programme plus compétitif.



Le ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur du Québec (MÉES) encourage les jeunes à bouger et à s'investir dans le sport. Le choix du ski de fond est un incontournable pour un pays nordique comme le Québec.

Mes premiers Jeux du Québec

Anne-Marie Comeau, Cendrine Browne et Alex Harvey sont des olympiens qui ont commencé leur parcours sportif en participant aux Jeux du Québec. Bien qu'ils aient atteints les plus hautes sphères de l'excellence, les Jeux du Québec ont stimulé la flamme qui a permis de prendre plaisir dans le sport et de vouloir se réaliser pleinement comme athlète. Voici nos fondeurs québécois dans l'Équipe olympique canadienne à Pyeong Chang en 2018.



« Les Jeux du Québec ont été l'étincelle qui a fait naître en moi cette belle volonté de dépassement. »

Cendrine Browne