**L’équipe du Québec de ski de fond s’entraîne à Mont-Tremblant!**

Du 4 au 10 juillet dernier, les 15 membres de l’équipe du Québec ont participé à leur premier camp d’entraînement officiel de l’année en compagnie du club Nakkertok. Un impressionnant total d’une trentaine d’athlètes étaient présents dans la région pour une deuxième année consécutive.

Geneviève Renart, directrice technique à Ski de fond Québec, nous raconte pourquoi l’équipe a choisi Tremblant comme destination. « Les camps sont maintenant organisés par les clubs. Le club Nakkertok de Cantley accueillait donc les athlètes des autres clubs à Tremblant pour le camp de juillet. C'est plutôt près de l'Outaouais, mais en plus il y a des côtes, les routes sont belles et l'accessibilité aux différents sites rend la destination plus attrayante ».

Ainsi, l'Équipe du Québec se veut un tremplin vers les centres nationaux. Elle supporte donc les athlètes mais en priorité ceux d’âge junior. Sa mission est d’offrir un coup de main aux athlètes et à leurs entraîneurs tout au long de la saison. « Évidemment les camps d'entraînement ont leur importance en terme de volume d'entraînement, mais au delà de cela, ils sont d'autant plus importants puisqu’ils permettent, à des athlètes provenant de plus petits clubs, de s'entraîner avec d'autres athlètes de même calibre, niveau et âge. Pour moi, en tant que directrice technique, les camps sont importants pour voir à quel niveau les athlètes sont rendus et comment ils progressent au cours de l'été ».

Du côté des athlètes rencontrés, tous étaient unanimes et qualifiaient Tremblant de site cinq étoiles pour un camp d’entraînement. La variété et la tranquillité des sites d’entraînement, la facilité pour trouver de l’hébergement sont les premières raisons évoquées. Les différentes activités offertes et l’ambiance à la montagne sont un bonus fort apprécié, leur permettant de garder la motivation et le plaisir.

La semaine s’est très bien déroulée, avec une température idéale pour l’entraînement, des automobilistes compréhensifs et les athlètes ont même eu droit à des encouragements! Ces derniers en ont profité pour accumuler des heures en ski à roulettes classique et style libre, en course à pied et aussi en vélo de route.