



## ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE TÉLÉMARK

### Rapport d'activités - Saison 2025-2026

L'Association québécoise de Télémarch, constituée en tant que fédération depuis 1997, n'a jamais cessé de travailler au développement de la discipline du virage télémarch sur son territoire. Elle compte à son actif des années très prolifiques et d'autres plus modestes en termes de réalisation.

Au cours des dernières années, le Télémarch a connu une baisse en termes de popularité principalement causée par un manque criant d'accès à l'équipement ainsi que par l'émergence de nouveaux sports de glisse, pour ne citer que ces causes.

Mis à part ce fait, il n'en reste pas moins que deux membres de l'équipe de Télémarch du Québec/Canada ont eu l'occasion de nous représenter sur la scène de la Coupe du Monde de Télémarch, en Europe. Leur position est enviable et l'un d'eux nous a rapporté 3 médailles cette année, dont une médaille d'Or dans la discipline "Parallèle Sprint".

Télémarch Québec conserve son objectif de faire découvrir le télémarch au plus grand nombre via des activités d'initiation et récréatives. Le volet compétitif demeure un objectif à développer sur une échelle plus élargie.

Mais ici, au Québec, sur notre territoire, que s'est-il passé?

Voici un petit aperçu des activités tenues au cours de la saison 2025-2026 :

#### **LUNDIS SOIR Télémarch Québec - Laurentides**

##### **Rencontre hebdomadaire à Avila**

**Date: Début Janvier à fin Mars 2026**

Chaque saison, depuis plus de 20 ans, Télémarch Québec invite les télémarcheurs désireux d'améliorer leur technique à se joindre à son équipe de moniteurs qualifiés. L'activité couvre à la fois le volet récréatif et compétitif puisque les membres et entraîneurs de l'équipe du Québec sont présents.

L'objectif de cette activité est de favoriser des rencontres entre adeptes du virage télémarch dans un environnement encadré et favorable au développement. Cette activité s'adresse autant à des novices qu'à des skieurs plus expérimentés en recherche d'un virage plus performant.

Encore une fois, cette saison, la fédération a pu démontrer sa capacité à offrir des sessions de formation inclusives et adaptées aux différents niveaux de skieurs présents au rendez-vous de nos lundis Soirs TQ.

## **ORFORD - Estrie**

### **Rencontre de type festival**

**Date: 31 Janvier 2026**

Ce rassemblement avait lieu pour la 2e année consécutive. Il a été organisé par une personne désirant relancer la visibilité de notre sport dans la région de l'Estrie.

Afin d'apporter une variante et de permettre aux participants de skier avec des membres de l'équipe Québec, l'organisateur a proposé à Télémark Québec de se joindre à son groupe afin de partager savoir et plaisir. L'objectif est de présenter une course dès l'an prochain et d'y développer un club local.

Le Rôle de TQ est principalement d'accompagner le groupe dans les activités prévues par l'organisateur (descente en parcours facile et ludique, initiation au ski synchro), partage de connaissances et enseignement de technique.

Cette présence sur le territoire de l'Estrie représente une nouvelle avenue pour l'organisation de faire rayonner notre sport, que ce soit en termes d'accompagnement ou d'offre de formations. C'est également une belle opportunité pour l'organisation d'atteindre ses objectifs de développement en tant que fédération sportive.

## **BELLE-NEIGE - Laurentides**

**Une nouveauté cette année!**

**Le projet "Atelier de Télémark" dans le cadre d'un festival à la montagne**

**Date: 15 Février 2026**

L'initiative est née d'un désir d'offrir aux membres de la station une journée de perfectionnement en faisant appel à l'Association québécoise de Télémark, connue pour ses rendez-vous des lundis soir offerts à tous depuis plus de 20 ans dans la Vallée St-Sauveur.

Lors de la mise en place du projet et à la suite d'une discussion avec la direction de la station Belle-Neige, il nous a été possible d'ouvrir l'activité à un public cible, soit offrir à des skieurs/télémarqueurs de niveau débutant à intermédiaire des ateliers visant à augmenter leur niveau de compétence.

Télémark Québec a animé les sessions d'amélioration incluant un parcours en format duel offrant aux participants de relever un défi d'habileté technique à leur niveau. RIRE ET PLAISIR!

### **RENCONTRES DE PERFECTIONNEMENT – Laurentides et Lanaudière**

**Date: Entre le 15 février au 30 mars 2026**

Ces rencontres ciblent certains participants désireux d'améliorer leurs compétences.

Pour donner suite au projet "Atelier de Télémark" tenu à Belle-Neige, Télémark Québec a pu favoriser leur développement grâce à des rendez-vous rendus possibles par des membres de son organisation. D'autres ateliers ont aussi été présentés au mont Garceau dans la région de Lanaudière.

Les beaux résultats obtenus ont démontré qu'une formation adaptée à chaque participant, et sur une base régulière, permet à chacun de développer les habiletés nécessaires dans l'exécution de virages télémark de plus en plus fluides, contrôlés et performants.

L'enthousiasme était au rendez-vous et le niveau de confiance acquis démontré par les participants nous encourage à réitérer l'expérience.

### **MONT HABITANT - Laurentides**

**Accompagnement de type "coaching"**

**Date: Février 2026**

Télémark Québec a offert son soutien à des membres de la Patrouille Canadienne de ski, adeptes du virage Télémark et désirant participer à une compétition régionale orchestrée par cette même organisation.

L'objectif était de se familiariser à skier un parcours de course en vue de se qualifier pour une participation au niveau provincial.

Ces personnes ont atteint leur objectif et nous sommes heureux d'avoir pu les accompagner tant en entraînement qu'en compétition.

## **ATELIERS**

### **Atelier télémark - Mont Grand Fond – Charlevoix**

**Février et Mars 2026**

Depuis quelques années déjà, Télémark Québec est présent à Grand-Fonds afin d'assister les adeptes du sport dans leur développement. Il s'agit principalement d'atelier qui adresse le volet récréatif et compétitif. Des membres de TQ sont présents sur place et présentent différents ateliers sur neige.

L'enthousiasme était au rendez-vous et le niveau de confiance acquis démontré par les participants nous encourage à réitérer l'expérience.

### **Atelier skating - Corridor aérobique Morin Heights – Laurentides**

**Janvier à Mars 2026**

La compétition en télémark conjugue à la fois des techniques de descente comme en ski alpin et des techniques skating comme en ski de fond. Ainsi, les athlètes membres de l'équipe du Québec s'entraînent en skating. Les entraînements de skating sont généralement ouverts à tous.

### **Atelier de ski synchro – Laurentides**

**Janvier à Février 2026**

Le ski en synchro est une autre façon de développer des habiletés. À la fois spectaculaire et très engageant individuellement, il expose au public en général les capacités de la discipline. Les ateliers de synchro sont ouverts à tous et sont dirigés par les ressources de Télémark Québec.

Ce type d'activité, bien que de nature récréative, relève un aspect compétitif important. La pratique du sport demeure individuelle, mais l'exécution du ski en synchro relève plus d'un sport d'équipe.

L'Association québécoise de Télémark sera au rendez-vous au cours des prochaines saisons pour accueillir les adeptes des sports de glisse à venir s'initier au télémark, continuer de se perfectionner ou tout simplement pour glisser avec nous en exécutant cette élégante danse sur neige qu'est le Virage Télémark.