

PROGRAMME OFFICIEL 2024



QC **MEGA
TRAIL**

SALOMON



GranCanaria
WORLDTRAILMAJORS

GENESIS

EXPLOREZ DE NOUVEAUX HORIZONS EN TRAIL

Partez à l'aventure et offrez-vous une poussée d'adrénaline avec la nouvelle Genesis qui associe confort, adhérence et maintien dynamique en terrain varié.



SALOMON



TABLE DES MATIÈRES

Mot du comité organisateur	5
Horaire et règlements	6
Programmation	9
Plan de site	13
Infos pratiques pour accompagnateurs	15
Québec	16
Beaupré / Mont-Sainte-Anne	17
Charlevoix / Baie Saint-Paul	19
Les conseils PCN	23
Le parfait visiteur éco-responsable	24
Les crinqués du QMT	27
Nos partenaires	30

NAVETTE

**À PARTIR DE QUÉBEC
DIMANCHE 7 JUILLET**

SUR RÉSERVATION, PLACES LIMITÉES

**QC MEGA
TRAIL**

Engagés, à vos côtés



**Desjardins, fier présentateur
du parcours de 15 kilomètres.**

Félicitations à tous les participants du Québec
Méga Trail ainsi qu'à tous les bénévoles qui auront
fait de l'édition 2024 un véritable succès.



MOT DU COMITÉ ORGANISATEUR



Cette année, le Québec Méga Trail souhaite mettre en lumière la belle histoire d'amour qui unis les bénévoles, les coureurs, les partenaires et les organisateurs.

Un vieux couple certes, mais toujours sous l'effet du coup foudre

Notre année a commencé avec un grand déferlement d'amour quand vous, chers coureurs, avez réservé votre participation pour l'événement 2024 tout juste après la dernière édition. Tous les dossards se sont volatilisés en un temps record.

Que vous soyez un novice intrépide ou un athlète aguerri, vous apportez une énergie unique à notre course. La ligne de départ est le point de rencontre de rêveurs, de guerriers, de ceux qui découvrent leur force intérieure et de ceux qui repoussent sans cesse leurs limites. Que cette nouvelle aventure vous rappelle que rien n'est impossible lorsque vous courez avec le cœur.

En amour avec les bénévoles

Nous souhaitons aussi déclarer notre amour à tous nos bénévoles. À travers les sentiers boisés et les ravins escarpés, nos bénévoles s'assurent que chaque ravitaillement est une expérience unique, en encourageant chaque coureur et en veillant à la sécurité de chacun. Leur don de soi assure la pérennité de notre événement.

Célébrons leurs sourires contagieux, leur esprit d'équipe et leur amour pour la communauté du trail. Chaque bénévole est une pièce précieuse de cette grande famille, apportant son unicité et sa générosité à chaque étape du parcours.

Chers bénévoles, que cette course soit aussi la vôtre, car sans vous, elle ne serait pas possible.

Le cœur à l'ouvrage

Il est impossible de passer sous silence le travail acharné de l'équipe d'employés et de responsables qui gravitent autour du Québec Mega Trail. Vous avez le cœur au ventre et vous mettez la main à la pâte. Tous incarnent la force intérieure et l'engagement profond qui animent cette course.

Un merci du cœur

Sans nos partenaires, nous ne pourrions pas réaliser un tel événement, que vous soyez de fidèles ou de nouveaux contributeurs, votre soutien indéfectible nous permet de réaliser nos plus grands rêves.

Merci à tous nos participants, partenaires et bénévoles qui partagent notre vision et contribuent à la réussite de cet événement .

Ensemble, unis par le cœur, courons vivre cet événement légendaire !



HORAIRE ET RÈGLEMENTS



L'horaire et les règlements sont sujets à changement. Nous vous demandons de le consulter régulièrement sur le site web en cliquant ici :

[HORAIRE](#)

[RÈGLEMENTS](#)



FENIX



HM65R-T V2.0



HM65R-T V2.0



HM65R-T V2.0



HM62-T



HM62-T

everythingfenix.com

Discount Code "MegaTrail2024"



QC MEGA TRAIL

PRÉSENTÉ PAR

SALOMON



GranCanaria WORLDTRAILMAJORS



ÉDITION 2025
3 AU 6 JUILLET
AU MONT-SAINTE-ANNE

EN VENTE DÈS LE 1 AOÛT
RABAIS EARLY BIRD EN QUANTITÉ LIMITÉE
ULTRATRAILCANADA.COM

JOGGEUSE

NANO IPA



FIER PARTENAIRE

STONEHAM

22 1re Avenue,
Stoneham-et-Tewkesbury,
QC G3C 0K7

LIMOILOU

801 Chem. de la Canardière,
Québec, QC
G1J 2B8

MICROBRASSERIE

LA SOUCHE



12^E ÉDITION

QC MEGA TRAIL

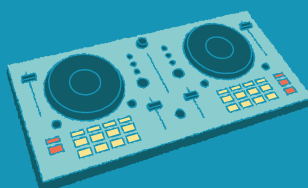
5 AU 7 JUILLET AU MONT-SAINTE-ANNE



PROGRAMMATION

SAMEDI 22 JUIN


Journée Choc
présentée par XACT



ANIMATION DJ

Fred Malo, Mika, Bruno M,
Justin Blanc et Stormies

VENDREDI 5 JUILLET

- 16h : Salomon Shake-out Run
- 18h : PCN présente : Conférence
avec Catherine Bélanger nutritionniste
- 20h : Départ du 100 miles
à [Baie-Saint-Paul](#) 
avec DJ Mike



EXPOSANTS

- Salomon
- XACT
- PCN Physio
- Icebreaker
- Faux Mouvement
- La Cordée
- COROS
- Planète Nutrition
- Multiclinique Parc Santé
- Karibu
- Holos
- Nääk et plus encore

SAMEDI 6 JUILLET

- 9h : Salomon Coffee Run X
Faux Mouvement
- 11h : Yoga avec Élodie Déry



ACTIVITÉS POUR LA FAMILLE

- Course à obstacles,
Les P'tits Bûcherons
- Jeux gonflables
- Maquillage et plus encore



Dès 15h

SPECTACLE AVEC

DJ Redo et The Unplugged band

DIMANCHE 7 JUILLET

- 10h : Yoga avec Élodie Déry



ACTIVITÉS GRATUITES

POUR TOUS LES DÉTAILS : ULTRATRAILCANADA.COM

22 JUIN 2024 DÈS 9H

JOURNÉE CHOC PRÉ-QMT

Mont-Sainte-Anne

Au programme, trois activités gratuites de reconnaissance des parcours avec la famille XACT et ses partenaires : Découverte du mythique sentier Mestachibo, découverte du QMT-25 (places limitées), gros party de D+ et dégustation de produits de nutrition. Inscription obligatoire, attention les places sont limitées.



5 JUILLET 2024 (16H)

SALOMON SHAKE-OUT RUN

Kiosque Salomon

Venez vous dégourdir les jambes avec l'équipe d'ambassadeurs Salomon avant le départ des épreuves longues. Ce sera l'occasion de découvrir leurs nouveaux produits et souliers, qui seront disponibles pour essayage. En fin de course, on vous invite à prendre une petite bière de La Souche et des boissons non-alcoolisées. Il y aura aussi de belles surprises !



5 JUILLET 2024 (18H)

CONFÉRENCE BIEN PLANIFIER SON ALIMENTATION & L'HYDRATATION POUR SES COURSES EN TRAIL



Centre des congrès de l'Hôtel Delta Mont-Sainte-Anne

Présentée par PCN Physio, avec Catherine Bélanger, nutritionniste: La conférence a pour objectif de guider les coureurs dans la planification de leur saison de courses, mais aussi de la logistique nutritionnelle pour des courses spécifiques en fonction du type de parcours, la longueur, les ravitos & leur propre tolérance. Nous aborderons entre autres la planification des glucides, des liquides et du repas avant la course pour s'assurer d'avoir assez d'énergie et limiter les imprévus les jours de course.



5 JUILLET 2024 (20H)

DÉPART DU 100 MILES À BAIE-SAINT-PAUL

Hôtel & Spa Le Germain Charlevoix

Faites partie de la cérémonie entourant le départ de la classique 100 miles du QMT en compagnie des coureurs, en direct de l'Hôtel Germain Charlevoix. Vous aurez l'occasion de profiter des installations, prendre un petit verre au resto-bar le Bercaïl, dans une ambiance décontractée. L'animation musicale sera assurée par nul autre que le DJ « Mike » (Québec). Un moment haut en émotion que vous ne voulez absolument pas manquer. Le départ des athlètes se fera sur le coup de 20h !



6 JUILLET 2024 (9H)

SALOMON COFFEE-RUN

Kiosque Salomon

Commencez la journée de bon pied avec l'équipe Salomon et ses ambassadeurs, pour un réveil musculaire avec un bon café de Faux Mouvement en fin de course. Ce sera aussi l'occasion d'essayer leurs nouveaux produits et souliers.



**6 JUILLET (11H)
ET 7 JUILLET (10H)**

SÉANCES DE YOGA AVEC ÉLODIE DÉRY

Au bord de la piscine de l'Hôtel Delta Mont-Sainte-Anne

Réservation obligatoire : « Lorsque j'enseigne le yoga, j'aime connecter avec les gens. Je désire leur faire vivre une expérience bienveillante, les faire rire, leur permettre de retrouver leur cœur d'enfant. C'est important que tout le monde se sente bien dans sa pratique. C'est pourquoi j'offre un yoga vinyasa accessible à tous en prenant soin d'y incorporer quelques défis pour les habitués. J'invite les participants à mettre le reste de leur journée sur pause et ensemble, nous créons un moment gratifiant autant pour le physique que pour le mental. J'ai très hâte de vous guider et d'apprendre à vos côtés! »



6 JUILLET 2024 (17H)

SPECTACLE THE UNPLUGGED BAND

Scène ON-X

The Unplugged Band reprend à sa façon des chansons qui mettent le party. Du Hip-Hop, du Rock, du punk rock, de la Pop, des tonnes passées dates, ils sont là pour se faire du fun. « On a oublié nos guitares électriques à la maison, on va prendre nos acoustiques ! » En première partie dès 15h : DJ Redo



À NE PAS MANQUER sur le site d'arrivée

5 au 7 juillet

COURSE À OBSTACLES LES P'TITS BÛCHERONS

L'équipe derrière Le Nordais et le Défi des ancêtres offre à vos petits une expérience de course à obstacles amusante et sécuritaire. Conçue pour les enfants de 4 à 13 ans, les plus jeunes gagneront en confiance lors de l'accomplissement de certains défis physiques comme courir, sauter, grimper et ramper. Les plus grands y trouveront également leur compte dans ce lot d'obstacles variés et impressionnants. L'option de chronométrage sera également disponible sur place pour les enfants qui le désirent afin de comparer leur temps avec d'autres enfants de leur âge.

DJ SET FRED M, MIKA, BRUNO M, JUSTIN BLANC ET STORMIES

Notre « dream team » de disc-jockeys est composé de champions des platines de la région de Québec. Habités d'animer les planchers de danse des partys les plus capotés en ville, les gars ont cette fois reçu le mandat de vous divertir tout le week-end et vont créer une ambiance estivale de pour tous les visiteurs du Mont-Sainte-Anne !!

MARCHÉ QMT

Vous retrouverez options bouffe, dont le menu santé de OUIOUI Buvette forestière, d'excellentes bières de la microbrasserie La Souche et autres rafraîchissements dans la « zone chill » du QMT, ainsi que plusieurs exposants : Salomon, XACT, PCN Physio, Icebreaker, Faux Mouvement, La Cordée, COROS, Planète Nutrition, Multiclinique Parc Santé, Karibu, Holos, Nàak, et plus encore.

ANIMATION POUR LA FAMILLE

Une foule d'activités sont en place sur le site d'arrivée pour divertir nos petits sportifs en devenir : Jeux gonflables, maquillage et plus encore.





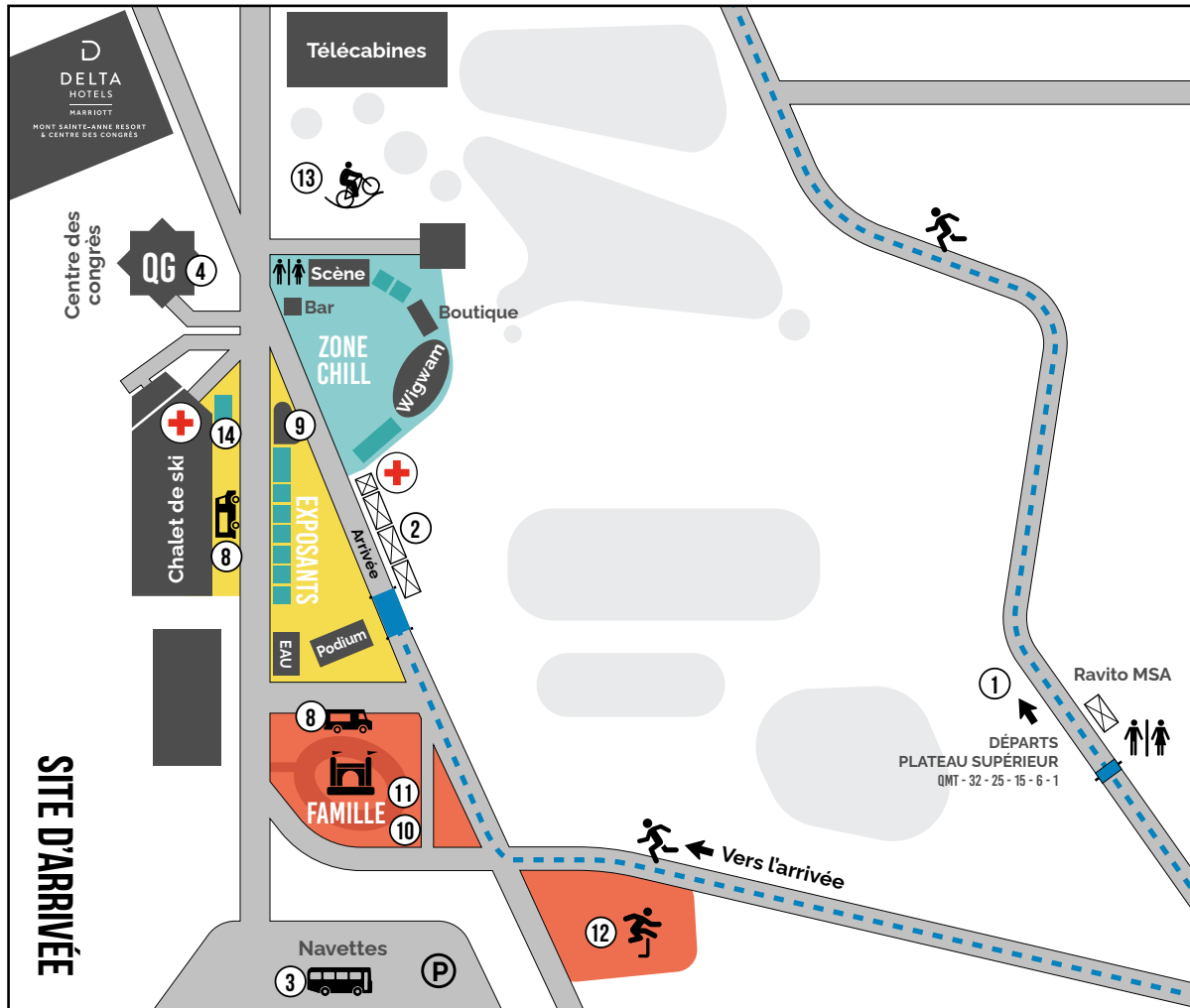
TON CARBURANT AU

**QC MEGA
TRAIL**

- ✘ CONSEILS NUTRITIONNELS
- ✘ 22.06.2024: **JOURNÉE CHOC**
- ✘ MAGASIN ET RABAIS

INFO

PLAN DU SITE



LÉGENDE

ZONE CHILL

- TOILETTE
- SCÈNE ON-X
- BAR
- BOUTIQUE QMT
- WIGWAM

EXPOSANTS

- KIOSQUES
- PODIUM
- ESPACE DE TRI
- FONTAINE D'EAU
- 8: OFFRE ALIMENTAIRE
- 9: ESPACE DE TRI
- 14: MASSOTHÉRAPIE

QMT

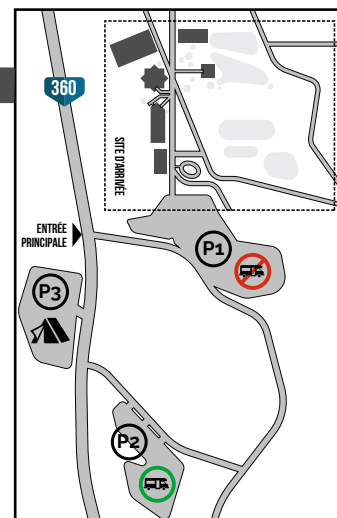
- 1: DÉPARTS / PLATEAU SUPÉRIEUR
 - 2: ZONE D'ARRIVÉE
 - 3: NAVETTES
 - 4: DOSSARDS, REPAS D'APRÈS-COURSE, BÉNÉVOLES
- + INFIRMERIE

FAMILLE

- 8: OFFRE ALIMENTAIRE
- 10: JEUX GONFLABLES
- 11: MAQUILLAGE
- 12: COURSE À OBSTACLES
LES P'TITS BŪCHERONS
- 13: PUMPTRACK

STATIONNEMENTS

- (P1) STATIONNEMENT PRINCIPAL
AUCUNE VAN OU VR
- (P2) STATIONNEMENT SECONDAIRE
VAN OU VR
- (P3) CAMPING QMT



CAMPING

RÉSERVEZ MAINTENANT!
BOOK NOW!

**QC MEGA
TRAIL**
ULTRATRAILCANADA.COM



**QC MEGA
TRAIL**

**PRÉ-COMMANDE
NOUVEAUX VÊTEMENTS**

PREORDER – NEW CLOTHES

ULTRATRAILCANADA.COM



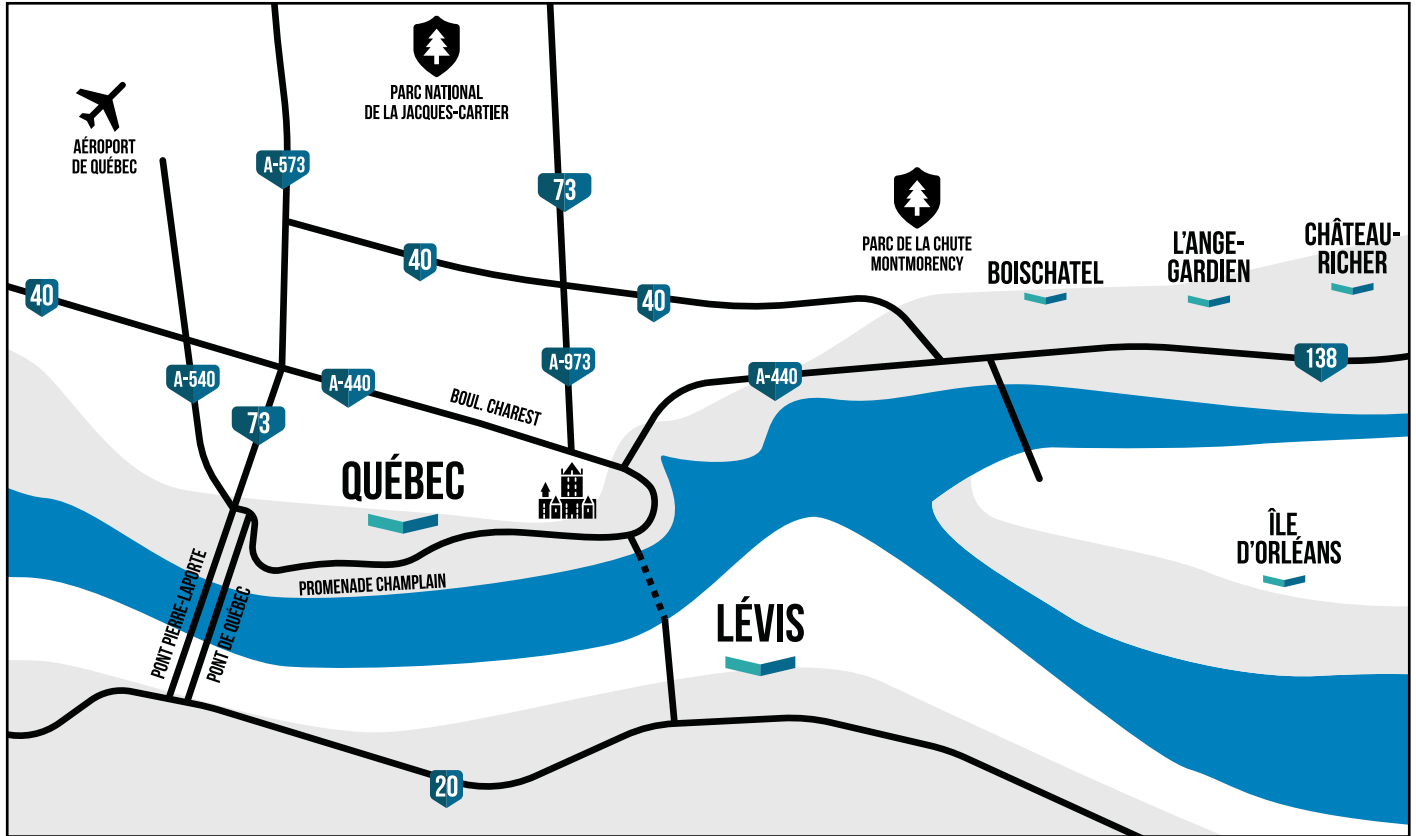
INFOS PRATIQUES POUR ACCOMPAGNATEURS



L'équipe du QMT souhaite que votre séjour parmi nous soit le plus agréable et pratique possible.

Voici quelques adresses à ne pas manquer en plus d'informations pratiques à propos de nos trois destinations : Québec, Beaupré et Charlevoix.

QUÉBEC



Situé à 45 minutes du site de course, la ville de Québec et ses environs regorgent d'activités agréables à faire en famille, en couple ou en solo. Nous vous suggérons fortement de visiter l'Île d'Orléans et de prendre une petite marche dans le Quartier Petit Champlain pour découvrir l'histoire de la ville.

Le centre-ville de Québec est situé à 22 minutes de l'aéroport Jean Lesage.

Voici quelques incontournables classés en 3 catégories.

AGROALIMENTAIRE

- Visite de l'île d'Orléans et tous les incroyables produits du terroir ([Cassis & Monna](#)),
- [Le grand marché](#)
- [La Maison Smith](#) (plusieurs établissements à Québec)
- [La Souche - Microbrasserie et restaurant](#)

PLEIN AIR

- [Parc national de la Jacques-Cartier \(parc de la SEPAQ\)](#) (le sentier des loups)
- [Visite du Vieux-Québec \(Quartier du Petit Champlain\)](#),
- [Baie de Beauport](#)
- [Expéditions Nouvelle Vague](#)
- [Réserve faunique des Laurentides \(SEPAQ\)](#)

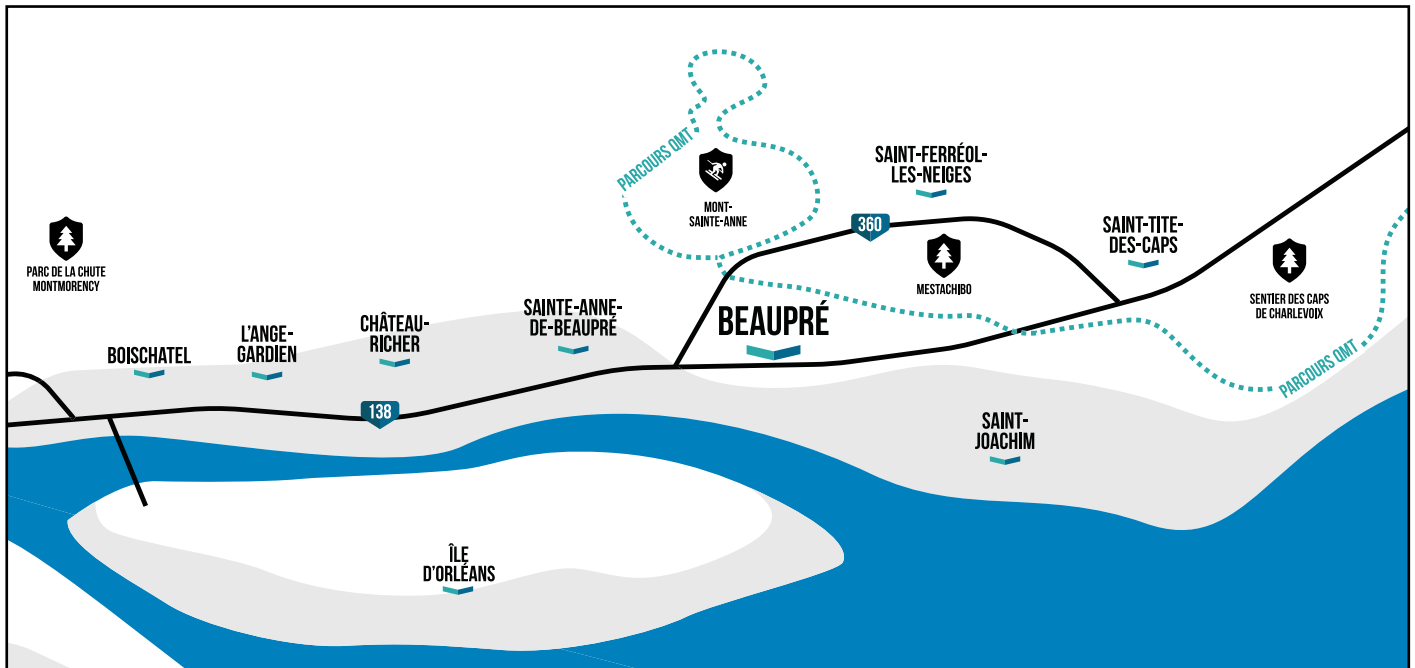
FAMILLE

- [Le Village vacance Valcartier](#)
- [Labyrinthe Inukshuk](#)
- [Observatoire de la Capitale](#)
- [Musée de la civilisation](#)
- [Aquarium de Québec](#)

Pour tout savoir sur la ville de Québec

Destination  **QUÉBEC** cité

BEAUPRÉ/ MONT-SAINTE-ANNE



À partir de l'aéroport Jean-Lesage, le site de course est situé à 59 minutes. Plusieurs activités et découvertes culturelles s'offrent à vous sur cette route (138 direction est). Le café Apollo près du Sanctuaire de Sainte-Anne-de-Beaupré est un lieu tout indiqué pour prendre un délicieux café et découvrir les nouvelles boutiques locales. Vous serez également à distance de marche du Quai de Sainte-Anne-de-Beaupré où vous pourrez contempler le fleuve St-Laurent.

La Côte-de-Beaupré est une région de villégiature où il est possible de découvrir des attraits patrimoniaux et naturels exceptionnels. Entre fleuve et montagnes, vous pourrez pratiquer une multitude d'activités de plein air dans cette magnifique région.

Près du site de course, vous trouverez une multitude de sentiers de randonnées tout près des magnifiques rivières Jean-Larose ou Sainte-Anne. Envie d'une bonne bière de microbrasserie ? Arrêtez-vous chez [Brasseurs des Monts](#), découvrez les traditionnelles poutines du [Shack à Patates](#) ou encore prenez un verre [Chez Pat](#).

SERVICES À PROXIMITÉ

Marché du Village

(épicerie, SAQ et poste d'essence):

3175 Av. Royale, Saint-Ferréol-les-Neiges

IGA Chouinard:

10505 Bd Sainte-Anne, Sainte-Anne-de-Beaupré

Station service:

250 Bd du Beau Pré, Beaupré, QC G0A 1E0

Pharmacie:

10974 Bd Sainte-Anne, Sainte-Anne-de-Beaupré

Hôpital:

11000 Rue des Montagnards, Beaupré

Guichet automatique:

10974 Bd Sainte-Anne, Sainte-Anne-de-Beaupré

Taxi:

581-909-8294

BEAUPRÉ/ MONT-SAINTE-ANNE

Nos incontournables :

AGROALIMENTAIRE

- [Café Apollo](#) et Basilique Sainte-Anne
- [La ferme Québec-Oies](#)
- [Microbrasserie Brasseur des Monts](#)
- [Microbrasserie des Beaux Prés](#)
- [La Bio Ferme des Caps](#)
- [Shack à Patates](#)
- [Chez Pat](#)

PLEIN AIR

- [Parc de la Chute-Montmorency](#)
- [Réserve nationale de la faune du Cap-Tourmente](#)
- [Descente en rappel dans les chutes en canyoning](#)
- [Quai de Sainte-Anne-de-Beaupré](#)
- [Sentier Mestachibo et sentier des chutes Jean-Larose](#)
- [Mont-Sainte-Anne - Activités diverses](#)
- [Sentier des Caps](#)

FAMILLE

- [Cheval & Campagne](#)
- [Musée de la nature](#)
- [Navette fluviale](#)
- [Route de la Nouvelle-France](#)
- [Auto-cueillette fraises](#)
- [Aqua-Parc Mont-Sainte-Anne](#)
- [Paintball](#)
- [Canyon Sainte-Anne](#)

Pour tout savoir sur la Côte-de-Beaupré

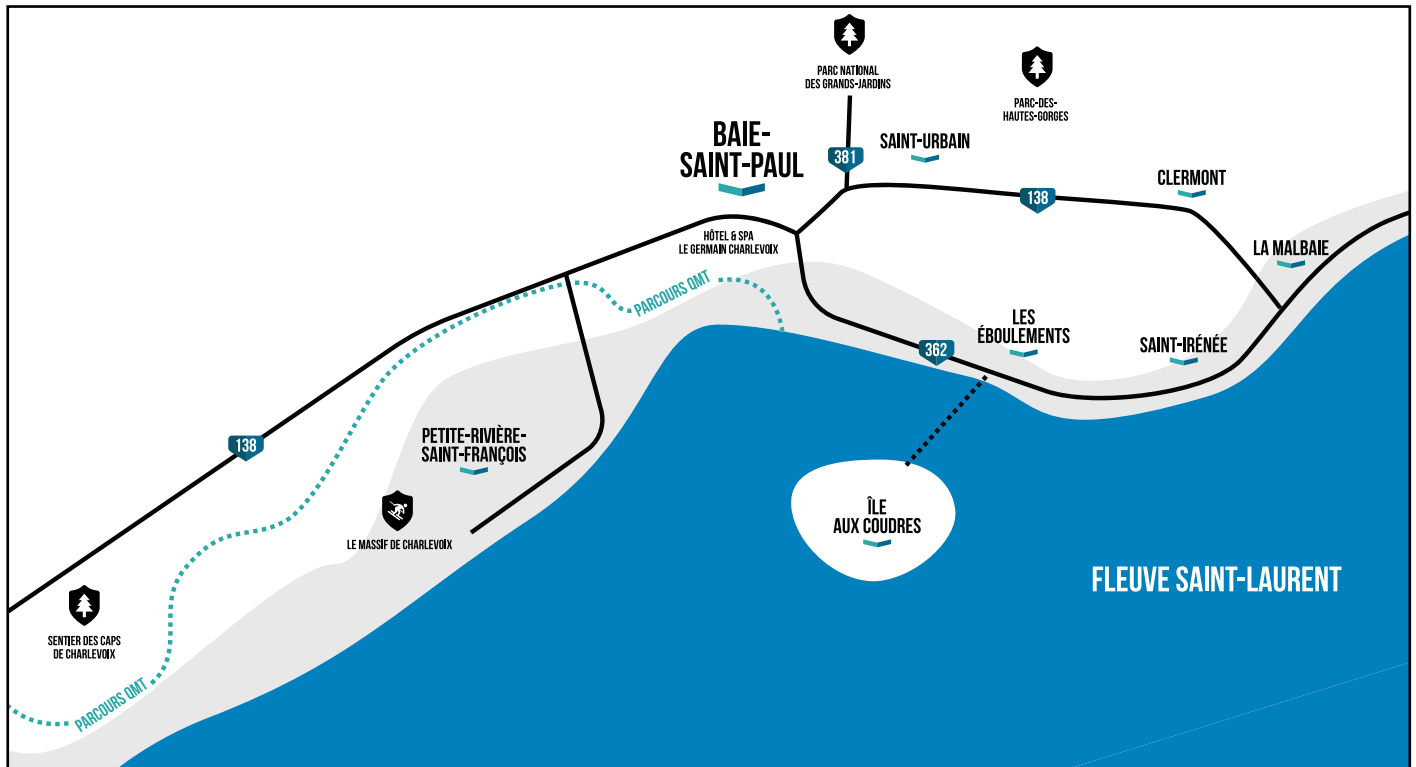
CÔTE DE
BEAUPRÉ



MVT
MONT S^TE ANNE



CHARLEVOIX / BAIE-ST-PAUL



Charlevoix est une région touristique naturelle et authentique. Elle est partagée en six secteurs, dont quatre font partie de l'association des plus beaux villages du Québec. Elle se situe à 40 minutes du site de course du Mont-Sainte-Anne et à 1h08 minutes de la ville de Québec via l'autoroute 138 direction est.

À quelques pas du site de départ du QMT-100 miles, vous pouvez prendre une bouchée au [Mousse café](#), son ambiance décontractée et familiale vous charmera. Le [Bistro Le Bercail](#) de l'hôtel le Germain vous attend également pour le 5 à 7. Puis, dirigez-vous vers la rue Saint-Jean-Baptiste pour faire les boutiques. Plusieurs artistes locaux y présentent leurs œuvres.

STATION SERVICE

À noter qu'il y a peu de stations d'essence entre le Mont-Sainte-Anne et l'Hôtel Germain Charlevoix (site de départ du QMT-100 miles). Il est donc recommandé de faire le plein avant votre départ. Le premier poste d'essence se trouvera dans le village de Baie-Saint-Paul, sur la route 362.

CHARLEVOIX / BAIE-ST-PAUL

Voici nos incontournables de cette magnifique région. Nous vous suggérons fortement d'y passer quelques jours.

AGROALIMENTAIRE

- [Bistro des Balcons](#)
- [Bistro de l'Estran](#)
- [Laiterie Charlevoix](#)
- [Fraîcheurs et Saveurs](#)
- [Auberge le Four à Pain](#)
- [OUIOUI Buvette Forestière](#)

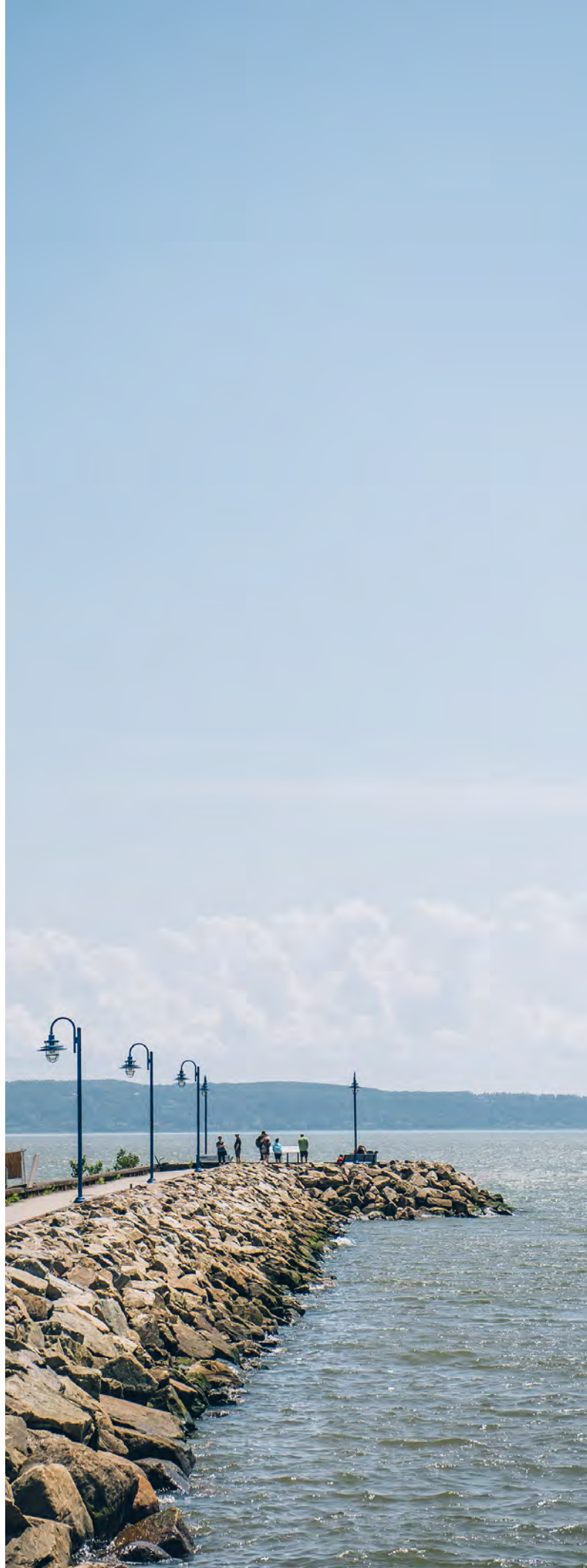
PLEIN AIR

- [Parc national des Grands-Jardins](#)
- [ZEC des Martres \(Mont du Lac à l'Empêche\)](#)
- [Katabatik](#)
- [Parc national des Hautes-Gorges-de-la-Rivière-Malbaie](#)
- [Le Massif de Charlevoix](#)
- [Canyoning](#)

FAMILLE

- Quai de la Petite-Rivière-St-François, [Tourisme Charlevoix](#)
- [Domaine Belle Plage à Baie-St-Paul](#)
- [Camp Le Manoir](#)
- [Via Ferratta](#)
- [Isle-aux-Coudres](#)

Pour tout savoir sur cette magnifique région:



CÔTE DE
BEAUPRÉ

L'ÉQUILIBRE NATUREL


La Côte-de-Beaupré,
une destination quatre
saisons pour toutes vos
activités de plein air !



PLANIFIEZ VOTRE
PROCHAIN SÉJOUR :
COTEDEBEAUPRE.COM



MVT
MONT S^{TE} ANNE

 Mont-Sainte-Anne

 Sentier des Caps

RACES OF A LIFETIME

LES COURSES D'UNE VIE

Anta Hong Kong 100 Ultramarathon

Hong Kong, China

Black Canyon Ultras

USA

The North Face Transgrancanaria

Spain

Mt.FUJI 100

Japan

MIUT - Madeira Island Ultra-Trail

Portugal

Swiss Canyon Trail

Switzerland

South Downs Way 100

United Kingdom

Quebec Mega Trail

Canada

Grand Raid des Pyrénées

France

RMB Ultra-Trail Cape Town

South Africa



worldtrailmajors.com



PCN x QMT

Nos conseils PCN
pour que votre défi
soit une réussite!



#1 Assurez-vous d'avoir l'équipement adéquat et surtout de l'avoir testé! Une course n'est jamais le bon moment pour essayer de nouvelles chaussures, des bâtons, une nouvelle veste de course ou même une nouvelle paire de bas! Pour le jour J, utilisez le matériel que vous avez utilisé lors de vos entraînements. Votre corps y est déjà adapté!

#2 Avec les kilomètres qui s'accumulent, la fatigue se joint à la course. Prenez le temps d'adapter votre technique au type de terrain et restez vigilant! Parfois, une pause légèrement prolongée est gage d'une traversée du fil d'arrivée!

#3 Ayez du plaisir! Oui, il y a la distance, le dénivelé, la technique, vos objectifs. Mais si le tout est fait dans le plaisir, c'est encore plus facile d'en profiter!

Nous serons sur le parcours avec vous afin de s'assurer que vous complétiez votre épreuve en santé, n'hésitez pas à nous questionner au besoin! Bonne course à tous!

LE PARFAIT VISITEUR ÉCO-RESPONSABLE



L'équipe du Québec Mega Trail met en place à chaque année une série d'actions écoresponsables dont l'objectif principal est de réduire au maximum les impacts de l'événement sur l'environnement et le territoire tout en ayant un impact positif auprès de la communauté locale et d'affaires de la Côte-de-Beaupré ainsi que de Charlevoix.

Vous prévoyez vous déplacer vers le Mont-Sainte-Anne pendant le Québec Mega Trail?

Voici **QUATRE** conseils pour planifier ta journée ou ton séjour!

1 PRÉVOIS TES DÉPLACEMENTS

Pour te rendre sur les sites de l'événement, priorise le covoiturage avec famille ou amis le plus possible!

Un service de navette est offert pour la journée du dimanche 7 juillet uniquement. À partir des Galeries de la Canardière à Québec, vous pourrez vous laisser conduire jusqu'au Mont-Sainte-Anne sans tracas. Sur réservation. Places limitées!

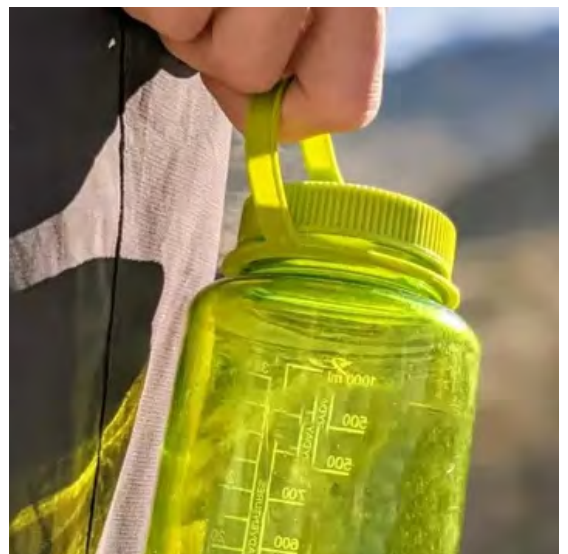
[*Pour réserver*](#)



2 À METTRE DANS TON SAC À DOS

Depuis plusieurs éditions, le Québec Mega Trail s'engage à réduire drastiquement les items à usage unique. Dans cette lancée, prévois apporter et avoir en ta possession:

- **une bouteille d'eau;** des stations d'eau potable sont disponibles sur les sites.
- **un sac à dos ou sac réutilisable;** si tu fais des achats auprès des exposants ou à la boutique QMT, aucun sac en plastique ne te sera remis pour transporter tes nouvelles acquisitions. Prévois le coup!



3 ESPACE DE TRI

On le sait, le plus facile et le plus rapide, quand on a des déchets entre les mains, c'est de les disposer dans le bac à proximité sans trop regarder. Prendre un moment pour placer tes matières aux bons endroits fera toute la différence et aura un impact sur l'événement.

Des espaces de tri se trouveront sur les sites de l'événement. Pense à composter et recycler avant de jeter! Ta contribution est des plus importantes.



4 SANS TRACES DANS LES SENTIERS

Tu prévois encourager un ou une athlète au long du parcours? Tu prévois aller profiter du terrain de jeu qu'offrent les régions de Côte-de-Beaupré et Charlevoix en allant faire une randonnée en forêt? Excellentes idées!

Marcher ou courir directement dans les sentiers est primordial pour protéger la végétation et conserver notre territoire intact! Assure-toi également de ne rien laisser derrière toi pendant ta randonnée (déchets, bouteilles, mouchoirs, etc.). Pour aller plus loin, si tu vois des déchets dans la nature, même s'il ne s'agit pas des tiens, entreprends cette action supplémentaire : ramasses-les. Merci à l'avance!



LIVE  **YouTube**
STREAM

ARRIVÉES EN DIRECT
FINISH LINE LIVE BROADCAST

ULTRATRAILCANADA.COM

QC **MEGA**
TRAIL

Toujours là pour **vous** secourir...

Contenu
varié



ÇA VA OÙ?

Télécharger dans
l'App Store

DISPONIBLE SUR
Google Play





LES CRINQUÉS

Nous avons photographié nos bénévoles afin d'immortaliser la belle énergie de ceux qui ont le QMT tatoué sur le cœur.

Un projet réalisé grâce à la collaboration de Desjardins (Côte-de-Beaupré), partenaire officiel de nos bénévoles et le photographe portraitiste Francis Fontaine.



FIER PARTENAIRE DES BÉNÉVOLES



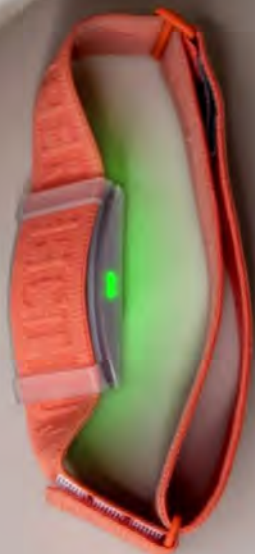
[VOIR L'ALBUM PHOTO](#)

CHRONOMETREUR OFFICIEL



COROS VERTIX 2 S

CONÇUE POUR L'AVENTURE



Capteur de FC COROS



CA.COROS.COM

QC MEGA TRAIL

TOUT POUR LA COURSE EN SENTIER

Obtenez 20% de rabais en ligne
et en magasin avec le code QMT24*

*Certaines conditions s'appliquent. Valide jusqu'au 1^{er} septembre 2024. Détails au lacord.ee/promo


LA CORDÉE

Le spécialiste des sentiers d'ici

La motivation pour le dépassement ... un terrain connu.

Bonne course à toutes les participantes
et tous les participants.

BEAUPORT
NISSAN

Fier partenaire

**QC MEGA
TRAIL**



Fred Harvey
Directeur Général

Bougez. Transpirez. Séchez. Répétez.

Ne laissez pas la
chaleur vous arrêter
avec Cool-Lite™

icebreaker
Move to natural



PARTENAIRE PRÉSENTATEUR

SALOMON

PARTENAIRES PUBLICS MAJEURS



PARTENAIRES MAJEURS



PARTENAIRE DÉVELOPPEMENT DURABLE



PRÉSENTATEUR DES RÉSULTATS



PARTENAIRES PUBLICS ET HÔTES



PARTENAIRES MÉDIAS



PARTENAIRES FOURNISSEURS



COLLABORATEURS

