



le 19 janvier, 2009

Les dernières informations - TDL 2009 – *Option 4 Jours*

La neige est au rendez-vous dans les Laurentides! Voici les dernières informations relatives à la 35ième TDL, du 28 janvier au 1 février 2009.

Bonne lecture et au plaisir de tous vous retrouver le 28 janvier au Rustique!

Transport par Autobus

Pour ceux et celles qui prendront l'autobus depuis Montréal, l'autobus Galland partira du coin sud-ouest des rues Ontario et Berri, à l'ouest du terminus Central et du chantier de l'îlot voyageur, mercredi le 28 janvier 2009 à 19h00 pile, alors avis aux retardataires... Cet autobus s'arrêtera au Mont Gabriel avant de se diriger vers le Rustique.

Pour ceux et celles qui prendront l'autobus depuis l'Hôtel Mont Gabriel, à Sainte-Adèle, plus précisément au sommet du Mont Gabriel, l'autobus Galland partira du stationnement « La Marquise » de l'Hôtel, mercredi le 28 janvier 2009 à 20h00 pile, alors avis aux retardataires... Cet autobus se rendra directement au lac Supérieur et ne fera aucun arrêt.

Auto

Prenez l'autoroute 15 en direction Nord et empruntez la sortie 64 afin de rejoindre la Montée Mont Gabriel et roulez sur celle-ci jusqu'au sommet de la montagne. Une fois à l'hôtel, suivez les indications vers La Marquise sur une distance d'environ 200 m et stationnez-y votre voiture. Vous pourrez la laisser à cet endroit jusqu'au dimanche.

Retour en autobus

Le retour en autobus de l'Hôtel Mont Gabriel à Sainte-Adèle aura lieu le dimanche soir, 1 février 2009 à 19h00. L'arrivée à Montréal est prévue pour 21h00, au coin des rues Ontario et Berri.

Pour toutes les questions concernant le transport par autobus ou voiture, contacter tdl@skitdl.com.

Hébergement, téléphone

| | | | |
|----------|------------|--|--|
| Mercredi | 28 janvier | Lac Supérieur | Le Rustique 819-688-2889 Le Versant Nord 819-688-3355 |
| Jeudi | 29 janvier | Lac Supérieur | Le Rustique 819-688-2889 Le Versant Nord 819-688-3355 |
| Vendredi | 30 janvier | L'Interval à Sainte-Lucie | 819-326-4069 |
| Samedi | 31 janvier | Polyvalente des Monts (101 Legaré, Ste Agathe) | 819-326-3522 |
| Dimanche | 1 février | Saint-Adèle, Hôtel Mont Gabriel (souper seulement) | 450-229-3457 |

Depart le jeudi matin 29 janvier

Une navette partira de Lac Supérieur à 06H15 vers Lac Monroe où nous allons rejoindre les skieurs – option 6 jours. Nous reviendrons au Rustique en ski.

Souper à l'Hôtel Mont Gabriel à Sainte-Adèle

La plupart des gens ont choisi le souper à Saint-Adèle, excellent repas en bonne compagnie! Un beau moment pour se remémorer les points fort de la TDL.

Si vous n'avez pas encore payé pour le souper et que vous voulez réserver pour vous ou votre famille, SVP communiquez avec tdl@skitdl.com dès maintenant.. Les douches de l'Hôtel Mont Gabriel seront disponibles entre 16h00 et 18h00.

Bagages

Chaque jour; les bagages seront acheminés d'un hébergement à l'autre par camion. Pour ceux qui skieront 4 jours, la TDL classique, n'oubliez pas votre sac de couchage et votre matelas de sol: ça dort mieux après une journée TDL...Pendant la journée de ski, les participants doivent être autonomes quant à l'habillement, la nourriture, la trousse mécanique et la trousse de premiers soins. Il est essentiel d'avoir suffisamment d'eau, un litre c'est peu, mais deux c'est pas mal mieux! On ne le dira jamais assez, ayez une lampe frontale dans votre sac de jour ainsi qu'une pile de rechange. Prière d'éviter le "méga" sac de hockey; c'est lourd et peu maniable pour ceux qui chargent le camion.

Conseils Pratiques

Skis

Nous recommandons des skis hors piste et deux paires de skis peuvent être apportées.

Bouffe

Vous dépenserez des milliers de calories par jour (jusqu'à 5000). Des déjeuners et des soupers copieux vous seront servis matin et soir, mais tous les skieurs sont responsables de leur alimentation pendant la journée. Pensez à vous préparer un lunch soutenant et des collations dynamisantes et même si vous avez opté pour le service lunch, il faut prévoir des collations caloriques. Il ne faut pas oublier de protéger sa gourde d'isolant quelque soit le système d'isolation choisi: sac isothermique, bas de laine, bout d'isolant bleu, ou autres, pour le transport de l'eau.

Fermeurs

Chaque jour, nous formons une équipe de skieurs responsables de la sécurité des participants. Si le défi vous intéresse, Brian Lambert sera ravi de vous accueillir au sein de l'une de nos équipes. Ces dernières sont formées la veille de chacune des journées de ski.

Petit rappel général

1 doudoune, 1 sac à dos de jour, 1 sac de couchage, 1 matelas de sol, 1 lampe frontale avec piles de rechange, 1 gourde isolée, 1 paire de bouchons (boules Quies) pour les oreilles, un sourire chaleureux; ce dernier fera toute la différence les jours de grand froid!