

PLAINES
D'ABRAHAM

FIS CROSS
COUNTRY
WORLD CUP

22-24
MARS 2019

coop



FINALES COUPE DU MONDE FIS

SKI DE FOND QUEBEC

FIS CROSS-COUNTRY WORLD CUP FINALS



UNE EXPERIENCE
gestev

CDMSKIDFONDQUEBEC.COM

PARTENAIRE TIPE FIS
FIS TYPE SPONSOR

coop

PARTENAIRE PRÉSENTATEUR FIS
FIS PRESENTING SPONSOR

Audi

PARTENAIRE DE L'ÉVÈNEMENT / EVENT SPONSORS

QUÉBECOR

LE GRUYÈRE
ESTRATÉGIE

Cascades

PARTENAIRE PUBLICS ET TOURISTIQUES / PUBLIC & TOURISM SPONSORS

Québec

Canada

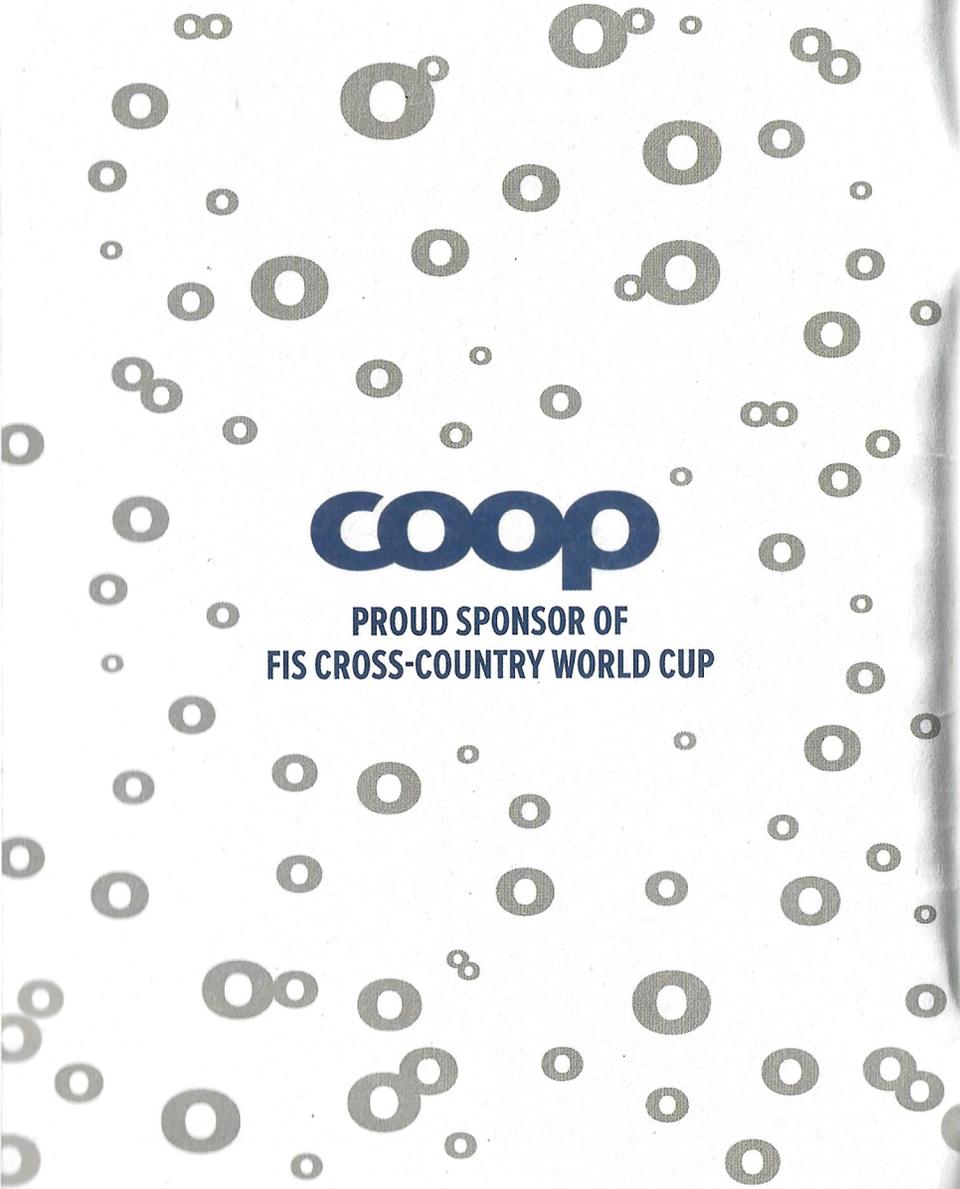
VALÉE DE
QUÉBEC

QUÉBEC

PLAINES D'ABRAHAM
CITÉ DE QUÉBEC

WWW.FIS-SKI.COM

PROGRAMME OFFICIEL / OFFICIAL PROGRAM



coop
PROUD SPONSOR OF
FIS CROSS-COUNTRY WORLD CUP

coop

coop

coop

coop

Après une pause d'un an de compétitions d'envergure internationale en ski de fond à Québec, c'est avec grand bonheur que la Fédération internationale de ski (FIS), Gestev, la Corporation événements d'hiver de Québec et Ski de Fond Canada ont uni leur force pour le retour des finales de la COOP Coupe du monde FIS de ski de fond à Québec. C'est grâce au travail colossal entre les équipes, les partenaires et le comité organisateur que l'événement est de retour et créera sans aucun doute autant d'engouement qu'en 2017 avec ses 60 000 spectateurs ! Après la présentation du Sprint Québec en 2012, du Ski Tour Canada en 2016 et des finales de la Coupe du monde FIS de ski de fond en 2017, la preuve est maintenant faite au monde entier que Québec est réellement une destination unique au monde pour accueillir des événements d'envergure en ski de fond et cette édition ne fera pas exception ! Le weekend de compétitions débutera le vendredi 22 mars avec le sprint style libre signé Le Gruyère AOP, suivi du départ de masse (10-15km) en classique signé Le Gruyère AOP, en collaboration avec Cascades le samedi 23 mars et de la poursuite en style libre (10-15km) signée Le Gruyère AOP, en collaboration avec Québecor le dimanche 24 mars, le tout se déroulant sur les magnifiques Plaines d'Abraham. C'est un rendez-vous à ne pas manquer, tant pour les athlètes qui chérissent chaque fois leur expérience en territoire canadien que pour les spectateurs qui auront le privilège d'assister à des moments inoubliables !

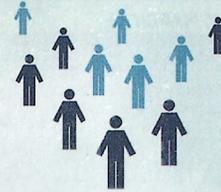
After a year without a world-class cross-country ski competition here in Quebec City, the International Ski Federation (FIS), Gestev, Quebec Winter Events Corporation and Cross Country Canada are thrilled to be joining forces in 2019 to bring the COOP FIS Cross-Country World Cup Finals back to home snow. This year's event is expected to attract at least as big an audience as the World Cup Finals did here in 2017, with no fewer than 60,000 spectators! It takes a huge amount of work for the organizing committee and the various teams and partners to make a big event like this happen, but it's incredible to see all that hard work come to fruition. After hosting the Sprint Quebec FIS Cross-Country World Cup in 2012, Ski Tour Canada in 2016 and the FIS Cross-Country World Cup Finals in 2017, the world has seen what a fantastic and unique destination Quebec City is for hosting elite international cross-country ski competitions, and this event will only whet the world's appetite for more! The long weekend of competition kicks off on Friday, March 22 with the Le Gruyère AOP Freestyle Sprint, followed by the Le Gruyère AOP 10/15 km Classic Mass Start presented in collaboration with Cascades on Saturday, March 23 and the Le Gruyère AOP 10/15 km Freestyle Pursuit on Sunday, March 24. All of these races will take place on the magnificent Plains of Abraham. This is one happening no one wants to miss! The athletes love coming here to race on Canadian snow, and the spectators are always thrilled to soak up the atmosphere and feast their eyes on such a prestigious competition.

Chiffres qui parlent – Let the numbers speak	5
Programmation – Schedule	6
Carte de site – Map	7
Sur le site – On site activities	8-11
Description des épreuves – Race formats	12
Parcours sprint – Sprint course map	14
Parcours départ de masse et poursuite – Pursuit and mass start course map	17
Athlètes canadiennes – Canadian athletes (women)	18
Athlètes canadiens – Canadian athletes (men)	20
Athlètes canadiens (En savoir plus) – Canadian athletes (Learn more about)	23
Course des étoiles et Iniski – "Rising Star" and Iniski	25
Gestevert – Going Green	29
Diffuseurs et hôtels – TV and hotels	30
Nos partenaires – Event partners	35

ON BOUGE AVEC VOUS!

Québec 
FIER PARTENAIRE

PLUS DE
**175 ATHLÈTES
INTERNATIONAUX**
PROVENANT DE
14 PAYS 
OVER 175 INTERNATIONAL
ATHLETES FROM 14 COUNTRIES



14 MILLIONS
DE SPECTATEURS À TRAVERS
LE MONDE EN 2017
TV AUDIENCE AROUND THE WORLD IN 2017


450
BÉNÉVOLES
IMPLIQUÉS
VOLUNTEERS

UNE BOUCLE DE
3,3 KM
POUR LES ÉPREUVES
DE DISTANCE
LOOP FOR DISTANCE RACES



UN PARCOURS DE SPRINT DE
1 650 M
SPRINT COURSE



20 000 M³
DE NEIGE NÉCESSAIRE
POUR LE PARCOURS
OF SNOW NEEDED



200 HEURES
DE DAMAGE POUR PRÉPARER LE PARCOURS:
MERCİ PRINOTH!
HOURS OF SNOW GROOMING : THANKS TO PRINOTH!


20 KM/H
VITESSE MOYENNE
DES SKIEURS EN POURSUITE
AVERAGE SPEED OF RACERS FOR PURSUIT

45 KM/H
VITESSE DE POINTE
DES SKIEURS EN SPRINT
AVERAGE SPEED OF RACERS FOR SPRINT

PROGRAMMATION SCHEDULE

VENDREDI 22 MARS FRIDAY, MARCH 22

9 h - 15 h 30	Village des partenaires et des exposants ouverts <i>Partners and exhibitors' villages open</i>	
10 h - 15 h 30	Aire des partenaires ouverte (accès restreint) <i>Partners' VIP lounge open (restricted area)</i>	
10 h 50 - 12 h	Qualification Sprint (style libre) <i>Qualification Sprint (free technique)</i>	LE GRUYÈRE ESPRESSO
13 h 20 - 14 h 55	Coupe du monde FIS Sprint (style libre) - finales <i>FIS World Cup Sprint (free technique) - finals</i>	LE GRUYÈRE ESPRESSO

SAMEDI 23 MARS SATURDAY, MARCH 23

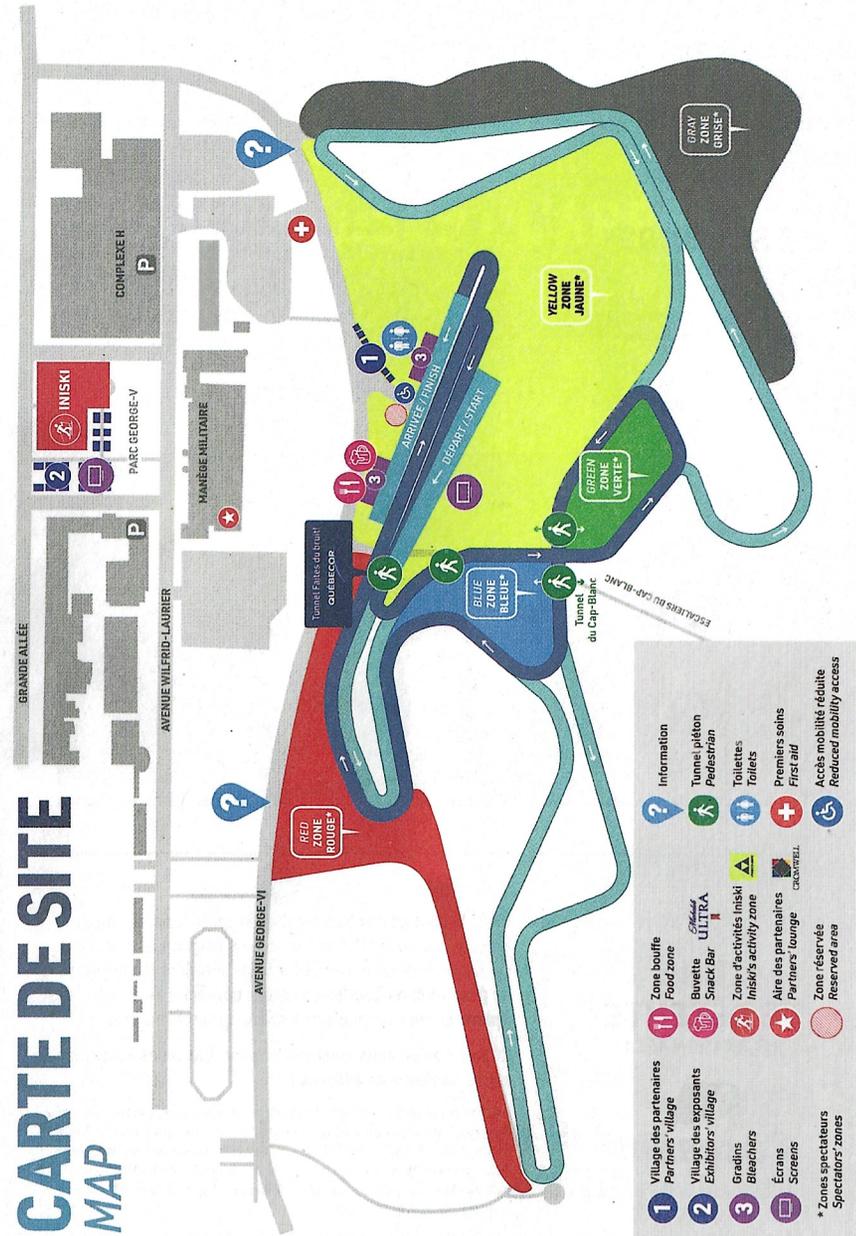
8 h 30 - 14 h	Village des partenaires et des exposants ouverts <i>Partners and exhibitors' villages open</i>	
8 h 45 - 14 h	Aire des partenaires ouverte (accès restreint) <i>Partners' VIP lounge open (restricted area)</i>	
9 h 15 - 9 h 50	Coupe du monde FIS Départ de masse (style classique) / Femmes - finales <i>FIS World Cup Mass Start (classic style) / Ladies - finals</i>	
11 h - 11 h 50	Coupe du monde FIS Départ de masse (style classique) / Hommes - finales <i>FIS World Cup Mass Start (classic style) / Men - finals</i>	LE GRUYÈRE ESPRESSO Cascades
12 h 45 - 13 h 30	Course Junior Les Étoiles Montantes (10 km, style classique) / Femmes <i>The Rising Stars Junior Race (10km, classic technic) / Ladies</i>	nordiq
13 h 30 - 14 h 15	Course Junior Les Étoiles Montantes (10 km, style classique) / Hommes <i>The Rising Stars Junior Race (10km, classic technic) / Men</i>	nordiq

DIMANCHE 24 MARS SUNDAY, MARCH 24

9 h - 14 h	Village des partenaires et des exposants ouverts <i>Partners and exhibitors' villages open</i>	
9 h - 14 h	Aire des partenaires ouverte (accès restreint) <i>Partners' VIP lounge open (restricted area)</i>	
9 h 30 - 10 h 05	Coupe du monde FIS Poursuite (style libre) / Femmes - finales <i>FIS World Cup Pursuit (free technique) / Ladies - finals</i>	LE GRUYÈRE ESPRESSO
10 h 45 - 11 h 30	Coupe du monde FIS Poursuite (style libre) / Hommes - finales <i>FIS World Cup Pursuit (free technique) / Men - finals</i>	QUÉBECOR
12 h 15	Signature d'autographes avec équipe nationale sur les plaines d'Abraham <i>Autograph signings National Team - Plains of Abraham</i>	

Sujet à changement / Subject to change

CARTE DE SITE MAP



SUR LE SITE ON SITE ACTIVITIES

ESCOUADE
SQUAD

QUÉBECOR



Encouragez Alex Harvey lors de ses ultimes épreuves sur les Plaines ! Trouvez l'escouade Québecor et récupérez votre clochette #GoAlex2019.

Faites du bruit et devenez le FAN # 1 d'Alex !

Come cheer for local hero Alex Harvey as he competes for the last time here on the Plains of Abraham! Keep your eyes peeled for the Québecor Squad and grab your very own #GoAlex2019 cowbell.

Time to make some noise and let Alex know you're his #1 FAN!

**ZONE
DE DÉTENTE**
RELAXATION AREA

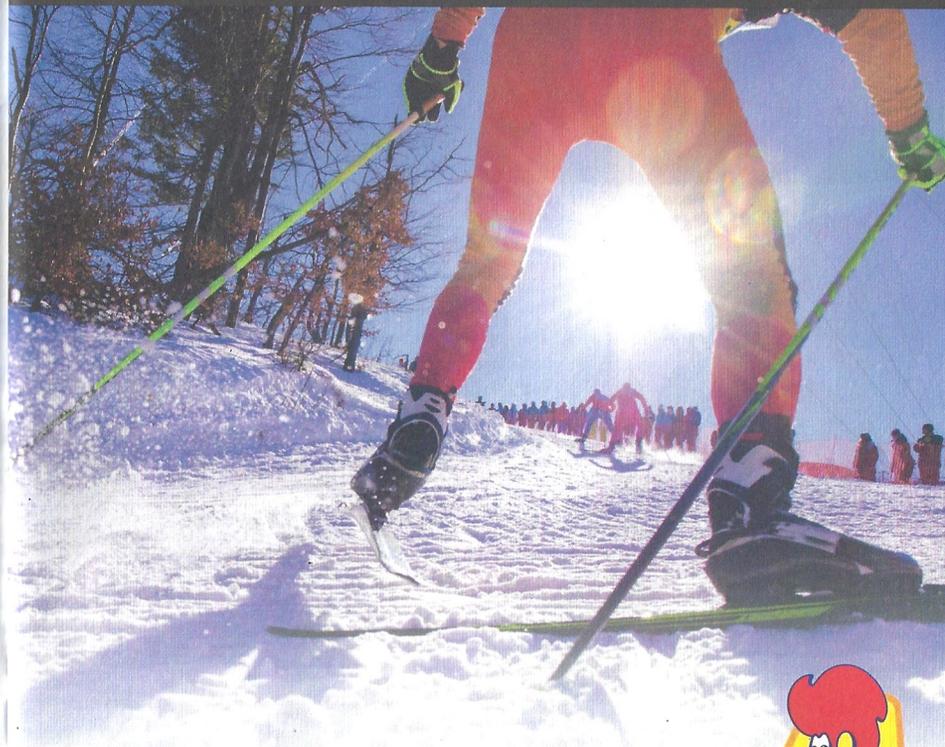

Cascades

Vivez le confort du chalet tout en étant au cœur de l'action, grâce à Cascades ! Rendez-vous dans l'espace lounge, situé sur les plaines d'Abraham, pour vous détendre sur les sofas ou pour vous réchauffer grâce aux couvertures. Profitez du « photobooth » sur place histoire de capturer l'instant.

Et parce qu'on aime vous voir sourire, Cascades vous offre même des baumes à lèvres !

You can enjoy all the comfort of a cabin in the woods, right at the heart of the action, thanks to Cascades! Check out the lounge space on the Plains of Abraham, where you can sit back on a sofa and relax and warm up with a cozy blanket. Want to capture the memory forever? That's what the photo booth is for! And because we all love to see you smile, Cascades will be handing out free lip balm too!

FIÈRE D'APPUYER LES ACTIVITÉS SPORTIVES QUI CREUSENT L'APPÉTIT



Les pâtisseries St-Hubert
GRANDE ALLÉE et LAURIER



MD Marque déposée de St-Hubert S.E.C., employée sous licence. © Tous droits réservés.

FIÈRE PARTENAIRE D'ALEX HARVEY ET DE LA COUPE DU MONDE FIS DE SKI DE FOND QUÉBEC



Cascades

RÉCUPÉRATION + PAPIERS + EMBALLAGE CASCADÉS.COM

SUR LE SITE ON SITE ACTIVITIES

Passez au village des partenaires sur les plaines d'Abraham ainsi qu'au village des exposants au parc George-V sur Grande-Allée afin de découvrir les artisans du sport et les nouveautés de l'industrie! Des écrans géants permettant de bien suivre la course sont installés aux deux endroits, en plus des estrades sur les plaines d'Abraham.

Come by the Partners' Village on the Plains of Abraham or the Expo Village in Place George-V on Grande-Allée to check out all the movers and shakers in the sporting world and feast your eyes on all the latest goodies! There are two big screens streaming all the action here, as well as the grandstands on the Plains of Abraham.

VILLAGES DES PARTENAIRES ET DES EXPOSANTS PARTNERS AND EXHIBITORS' VILLAGE



HORAIRE / SCHEDULE

Vendredi 22 mars - 9h à 15h30
Friday, March 22 - 9 a.m. to 3:30 p.m.

Samedi 23 mars - 8h30 à 14h
Saturday, March 23 - 8:30 a.m. to 2 p.m.

Dimanche 24 mars - 9h à 14h
Sunday, March 24 - 9 a.m. to 2 p.m.

Envie d'un rafraîchissement? Rendez-vous à la buvette Michelob ULTRA spécialement aménagée sur les plaines d'Abraham et dégustez une bonne bière fraîche ou un verre de vin en profitant du grand air! Et pour casser la croûte, des sandwiches et boîtes à lunch seront aussi offertes au même endroit et le camion de rue Crêpe la sera également sur place pour servir de savoureuses crêpes sucrées ou salées!

Feel like you could use a little refreshment? Head on over to the pop-up Michelob ULTRA Bar on the Plains of Abraham and enjoy an ice-cold beer or a glass of wine in the great outdoors! And to satisfy any hunger cravings, you can grab a sandwich or lunch box at the same place, or line up at the Crêpe la food truck there to enjoy a delicious sweet or savoury French crêpe.



Restez au chaud en vous procurant la tuque officielle de l'événement, offerte par CRAFT, disponible aux kiosques d'information ainsi qu'à la buvette Michelob ULTRA!

Keep your head warm with an official event tuque made by CRAFT. Grab one at the snack bar or any information booth!

20 \$ (tx. Incl) Quantité limitée
Limited quantity



TUQUE OFFICIELLE OFFICIAL EVENT TUQUE

CRAFT

DESCRIPTION DES ÉPREUVES

RACE FORMATS



SPRINT (STYLE LIBRE) SPRINT (FREE TECHNIQUE)

Une course signée
LE GRUYÈRE
SWITZERLAND

Le sprint individuel débute avec un contre-la-montre en ronde de qualifications. Toutes les 15 secondes, un fondeur s'élance. Les 30 meilleurs sont automatiquement qualifiés pour les quarts de finales où ils s'affrontent en groupe de six. Les deux premiers accèdent automatiquement aux demi-finales de même que les deux coureurs ayant obtenu le meilleur temps. Le même procédé s'applique pour se rendre à la finale qui comptera les six fondeurs les plus rapides.

The Individual Sprint starts with a time trial in the qualification round. Skiers start every 15 seconds, with the 30 fastest qualifying for the quarterfinals, where they face off in heats of six. The first two finishers in each heat move on automatically to the semifinals, along with the two skiers with the next fastest times (lucky losers). The semis follow the same process, with the grand final featuring the six fastest skiers in a showdown for the stage win.

DÉPART DE MASSE (CLASSIQUE) MASS START (CLASSIC)

Une course signée en collaboration avec
LE GRUYÈRE
SWITZERLAND



Le format de course le plus simple et direct. Tous les concurrents prennent le départ ensemble. Le premier skieur qui franchit la ligne d'arrivée l'emporte. Pendant cette compétition, il y aura un bonus chez les femmes et deux chez les hommes. Les 10 premiers athlètes à franchir l'arrivée verront leur temps de course réduit de 15, 12, 10, 8, 6, 5, 4, 3, 2 et 1 secondes respectivement. Ces secondes bonis seront par la suite ajoutées au temps cumulatif global.

Ski racing's most simple and straightforward format. All skiers start together. An exciting, tactical race (similar to road cycling) with the first skier to cross the finish line taking victory.

10 km - Femmes Ladies - 15 km - Hommes Men

POURSUITE (STYLE LIBRE) PURSUIT (FREE TECHNIQUE)

Une course signée en collaboration avec
QUÉBECOR



La poursuite est une course exaltante où les résultats du sprint et du départ de masse déterminent le départ de la poursuite. Les skieurs partent un par un à des intervalles déterminés par leur écart de temps au classement général. Le leader doit tenir les autres skieurs à l'écart pour s'assurer la victoire. Le premier skieur à franchir le fil d'arrivée gagne, un prix est aussi remis pour le temps le plus rapide.

The thrill of the chase. Starting order for the Pursuit will be determined by the results of the Sprint and Mass Start. The pursuit event is an exhilarating race format that sees the overall leader start first, only to be chased by the skiers behind him or her in the general classification. Skiers start one-by-one at intervals determined by their current time deficit in the overall standings. The job of the leader is to fend off the chasing skiers and hold on for the win. First skier across the line wins the race, but skiers can also compete for "fastest time of the day" prize as well.

10 km - Femmes Ladies - 15 km - Hommes Men

GOÛT PUR

90 CALORIES[†]

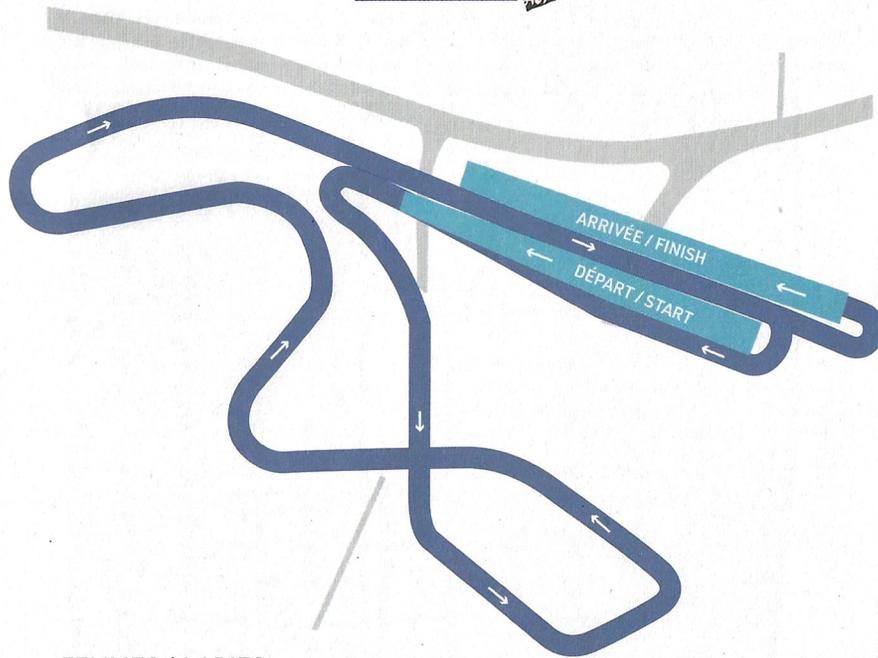


APPRÉCIEZ DE MANIÈRE RESPONSABLE.
DOIT AVOIR L'ÂGE LÉGAL DE CONSOMMER DE L'ALCOOL. *©/MD Anheuser-Busch, LLC.

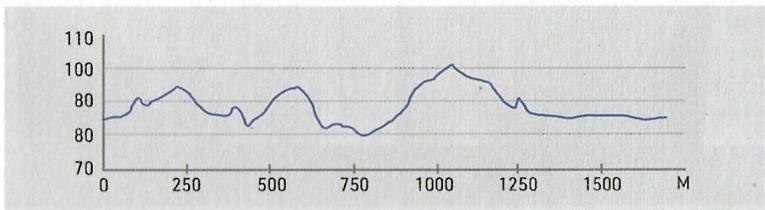
VENDREDI 22 MARS
FRIDAY, MARCH 22

SPRINT (STYLE LIBRE)
SPRINT (FREE TECHNIQUE)

Une course signée



FEMMES / LADIES
HOMMES / MEN
1 650 M
UN TOUR / ONE LAP



Programme officiel - Official program

numero 10

LE GRUYÈRE®
SWITZERLAND AOP

Also
for
xc-skiers.



Born in Switzerland in 1115.
www.gruyere.com



Switzerland. Naturally.

Cheeses from Switzerland.
www.cheesesfromswitzerland.com

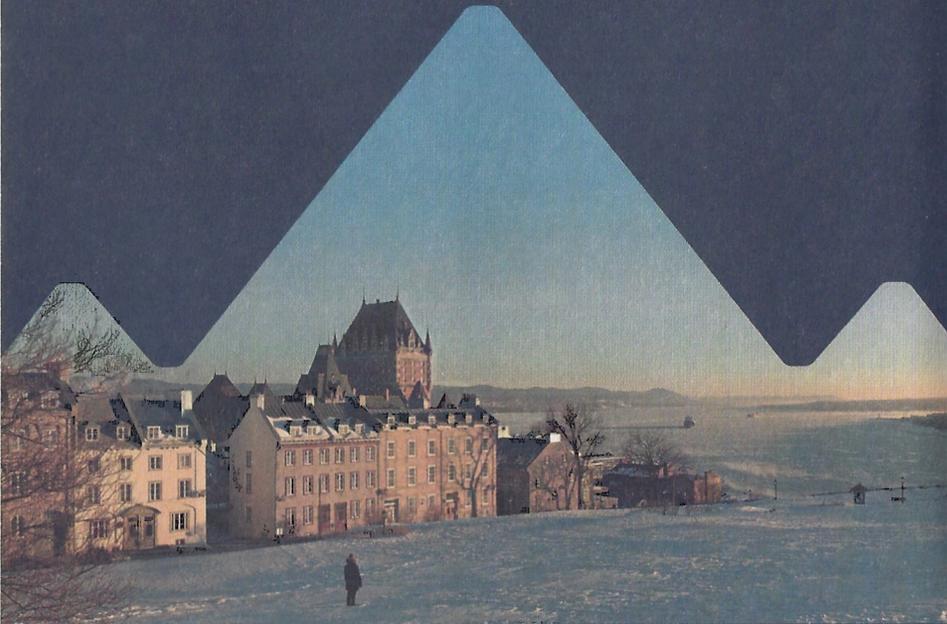




INFORMATION TOURISTIQUE TOURIST INFORMATION

Centre Infotouriste® de Québec
12, rue Sainte-Anne, Québec
(Près de / Near Fairmont Le Château Frontenac)

quebecregion.com • info@quebecregion.com
418-641-6290 • 1-877-783-1608



Québec cité
l'accent
d'Amérique

Québec

SAMEDI 23 MARS
SATURDAY, MARCH 23

DÉPART DE MASSE (CLASSIQUE)
MASS START (CLASSIC)

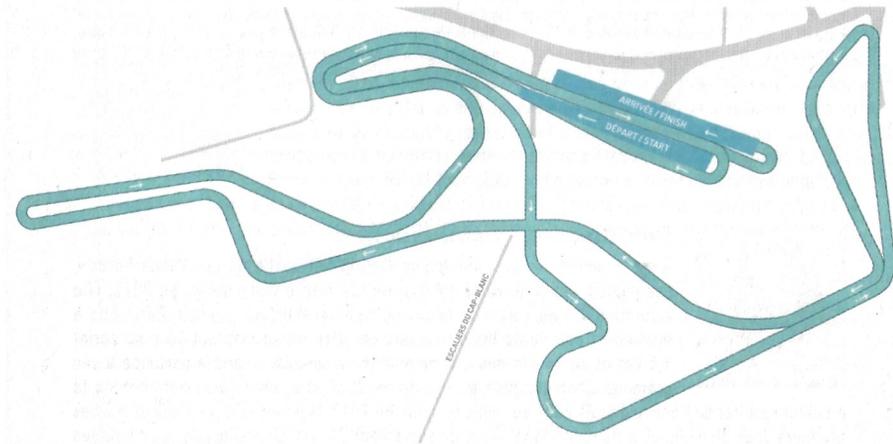
Une course signée en collaboration avec



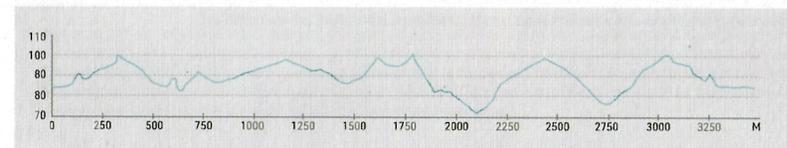
DIMANCHE 24 MARS
SUNDAY, MARCH 24

POURSUITE (STYLE LIBRE)
PURSUIT (FREE TECHNIQUE)

Une course signée en collaboration avec



FEMMES / LADIES - 10KM 3 TOURS / 3 LAPS
HOMMES / MEN - 15KM 4 TOURS / 4 LAPS



ATHLÈTES CANADIENS

FEMMES - LADIES



CENDRINE BROWNE St-Jérôme, QC

Cendrine, son frère et ses sœurs ont hérité de la passion du ski de fond de leur mère dès leur tout jeune âge. Ayant commencé à prendre plus au sérieux le ski de fond à l'âge de 15 ans, Cendrine s'est vite transformée en l'une des jeunes fondeuses les plus prometteuses au pays. Elle a représenté le Canada aux Championnats du Monde junior 2013 puis, en 2015, elle a décroché l'or au 30 km des Championnats canadiens en plus de terminer 2^e en 2016 dans la même épreuve. Elle a continué de progresser dans l'équipe nationale senior, où elle a fait partie d'un résultat historique pour les Canadiennes aux championnats du monde de 2017, terminant au 10^e rang du relais 4 x 6 km et représentant le Canada aux Jeux olympiques d'hiver de 2018.

Cendrine and her brothers and sisters inherited a passion for cross-country skiing from their mother at a very early age. When she started to take skiing seriously at the age of fifteen, Cendrine quickly emerged as one of Canada's most promising young cross-country athletes. After representing her country in the 2013 Junior World Championships, she went on to win the 30 km gold at the 2015 Canadian Championship and take silver in the same event the following year. Since then, she has been moving up the ranks in the national senior team, notching up a historic win for the Canadian women's team in the 2017 World Championships, finishing tenth in the 4x6 km relay and representing her country at the 2018 Winter Olympics.



DAHRIA BEATTY Whitehorse, YK

À sa 5^e année sur l'équipe senior, Dahria fait partie de la « Yukon Force », ces jeunes venus du Nord qui assurent la relève canadienne. En 2017, elle a terminé 1^{ère} au sprint de la Coupe Nor-Am Whistler Olympic Park. Elle a également obtenu de bons résultats en 2016 en se classant 1^{ère} au sprint 1,5 km et au 10 km des Championnats canadiens. Dahria a participé à ses premiers Championnats du monde en 2017 et a, pour l'occasion, obtenu le meilleur résultat du Canada depuis 2001 au relais féminin. En 2018, la jeune skieuse participait à ses premiers Jeux olympiques à PyeongChang. Âgée de seulement 24 ans, Dahria accumule les belles performances et une carrière prometteuse se dessine pour elle.

Now in her fifth year on the senior team, Dahria is a proud member of the "Yukon Force" powering down from the North and making their mark as part of Canada's next generation of young athletes. In 2017, she took first place in the Ladies' Sprint at the Whistler Olympic Park Nor-Am Cup. 2016 was another year of solid results for Dahria, placing first in the 1.5 km and 10 km events at the Canadian Championships. Dahria skied in her first World Championships in 2017, securing Canada's best result since 2001 in the women's relay. In 2018, Dahria competed in her first Olympics in PyeongChang. At just 24 years old, Dahria has already racked up plenty of impressive performances, and the road ahead looks highly promising for her.

CANADIAN ATHLETES



EMILY NISHIKAWA Whitehorse, YK

Elle a participé au programme Jackrabbit, puis est devenue membre de l'équipe de ski du Yukon où elle a découvert sa passion pour le sport. En 2017, elle se classe 5^e à l'épreuve du 20 km classique aux Championnats nationaux de Soldier Hollow. De plus, elle récolte la 2^e position lors du 10 km de la Coupe Nor-Am à Whistler. Emily a fait ses débuts olympiques à Sotchi en 2014, puis s'est méritée, quatre ans plus tard, une 13^e position au relais à PyeongChang.

Récemment, la Yukonaise est devenue l'une des cinq femmes canadiennes à avoir complété le Tour de Ski, un circuit qui compte 7 courses réparties sur 9 jours dans 3 pays.

She worked her way through the Jackrabbit program and went on to join the Yukon Ski Team, where she discovered a real passion for the sport. In 2017, she finished fifth in the Classic 20 km event at the National Championships in Soldier Hollow, as well as snagging second place in the 10 km competition at the Nor-Am Cup in Whistler. Emily made her Olympic debut at the Sochi Games in 2014 and went on to finish in 13th place in the relay in PyeongChang. Proudly carrying the torch for her home territory of the Yukon, Emily is one of only five Canadian women to have completed the Tour de Ski endurance circuit, which features seven races in three countries in just nine days.



KATHERINE STEWART-JONES Chelsea, QC

Katherine a grandi en skiant dans le Parc de Gatineau avec le club local. C'est en 2010, après avoir participé à son premier championnat national à Whitehorse en 2010, qu'elle eut la piqure et décida de ne plus jamais regarder en arrière. En plus d'être membre de l'équipe nationale de développement, elle étudie présentement en Environnement à l'Université de Lakehead. En 2016, en participant au Ski Tour Canada, Katherine a franchi une étape importante dans sa quête pour devenir une athlète de ski de fond élite. L'année 2017 fut également une bonne saison pour Katherine, puisqu'elle a terminé 3^e au sprint de la Coupe Nor-Am de Whistler Olympic Park.

Katherine grew up skiing in Gatineau Park with her local club. In 2010, when she skied in her first National Championships in Whitehorse, she realized she'd been bitten by the bug and decided she would never look back. As well as being a member of Canada's National Development Team, she is working toward a degree in Environmental Studies at Lakehead University. Competing in Ski Tour Canada in 2016 was a big milestone for Katherine in her bid to become an elite cross-country athlete. 2017 was also a great season for her, with a third-place finish in the Ladies' Sprint at the Whistler Olympic Park Nor-Am Cup.



MAYA MACISAAC-JONES Canmore, AB

Maya a grandi sur une petite ferme près de Athabasca. Elle avait 4 ans lorsque ses parents l'ont initiée au sport. Maya fait présentement des études en Arts à temps partiel afin de balancer les études et le sport. Elle a récemment obtenu de bons résultats à la Coupe Nor-Am au Nakkertok Nordic Ski Centre terminant 1^{ère} au sprint et 2^e à la poursuite. Grâce à sa performance au tout premier Ski Tour Canada en 2016, où elle a terminé parmi les 30 meilleures pour la première fois de sa carrière, la jeune albertaine s'est méritée une place au sein de l'équipe nationale senior.

Maya grew up on a small farm near Athabasca. She was four years old when her parents taught her to cross-country ski. Maya is currently striving to find a balance between sport and her part-time arts studies. Some of her best recent results were at the Nakkertok Nordic Ski Centre Nor-Am Cup, where she finished first in the Ladies' Sprint and took second place in the Pursuit. On the strength of her performance in the inaugural Ski Tour Canada in 2016, when she finished in the top 30 for the first time in her career, the young Alberta athlete earned her place in the national senior squad.



ALEX HARVEY Saint-Ferréol-les-Neiges, QC

Alex est devenu le fondeur canadien le plus accompli lorsqu'il a remporté une médaille de bronze au sprint lors des Championnats du monde en 2013. Il cumule plusieurs victoires en Coupe du monde, deux titres de Champion du monde, un individuel et un en équipe, et trois participations aux Jeux olympiques à Vancouver, Sotchi et PyeongChang. En 2017, Alex a connu une saison de rêve ayant terminé 3^e au relais 4 x 7,5 km et 1^{er} au 15 km lors de la Coupe du monde d'Ulricehamn en Suède, ainsi que 1er au sprint par équipe à Toblach en Italie. Sans oublier la plus grande victoire de sa carrière, le titre de Champion du monde au 50 km style libre remporté en Finlande en 2017. Lors des finales de la Coupe du monde FIS ici à Québec en 2017, Alex a remporté la victoire au sprint 1,5 km et s'est classé 2^e à la poursuite 15 km. En 2018, il est monté sur le podium en terminant 3^e au sprint à la Coupe du monde de Lillehammer en Norvège. Ce weekend, Alex sera de retour sur les Plaines, au grand bonheur des spectateurs pour sa toute dernière course, lui qui a annoncé sa retraite il y a quelques semaines.

Alex took the honour of Canada's most decorated cross-country athlete when he won bronze in the sprint at the 2013 World Championships. Since then, he has gone on to rack up countless World Cup victories and two World Championship titles (one individual and one team), and he has competed for his country three times at the Olympic Games, in Vancouver, Sochi and PyeongChang. Alex had a stellar season in 2017, finishing third in the 4x7.5 km relay and first in the 15 km at the World Cup event in Ulricehamn, Sweden, as well as first in Toblach, Italy. Not to mention the greatest achievement in his career, being crowned World Champion in the 50 km freestyle event in Finland in 2017. At the FIS World Cup Finals right here in Quebec City in 2017, Alex romped home for the win in the 1.5 km sprint and finished second in the 15 km pursuit. In 2018, he climbed onto the third step of the podium in the sprint event at the Lillehammer World Cup in Norway. Alex recently announced his retirement, but he's back on home snow at the Plains of Abraham this weekend for his final World Cup race, much to the delight of his adoring fans!



LENNY VALJAS Toronto, ON

À 17 ans, Len excellait dans deux sports en particulier : le vélo de montagne et le ski de fond. Il a dû faire un choix entre les deux et c'est le ski qui l'a emporté! Il cumule cinq podiums individuels en Coupe du monde, a terminé 4^e à la Coupe du monde de sprint à PyeongChang et 1^{er} avec son coéquipier Alex lors du sprint par équipe à Toblach en Italie. Le moment fort de la carrière de Lenny est survenu en 2017, alors qu'il a remporté la médaille de bronze au relais par équipe d'Ulricehamn, en Suède. Lenny se trouve parmi les athlètes canadiens à surveiller cette année!

Lenny has five individual World Cup podium finishes under his belt. He finished fourth in the sprint at the World Cup in PyeongChang and first with his teammate Alex in the sprint event at Toblach in Italy. The highlight of his career so far was in 2017, when he took the bronze medal in the team relay at Ulricehamn in Sweden. Lenny is one of the Canadian athletes to watch this year, for sure!



SCOTT HILL Toronto, ON

Scott fait partie de l'équipe junior canadienne depuis 6 ans. L'année 2019 s'annonce une saison prometteuse pour le jeune athlète. En janvier dernier, il a remporté l'or au 15 km en plus de la médaille d'argent au 30 km de la Coupe Nor-Am de Sherbrooke. Il s'est également classé au 5^e rang au 15 km et 7^e au 10 km de la 2^e période de l'US Super Tour se déroulant au travers des montagnes du Lac Placid, dans l'état de New-York.

Scott has been on the Canadian Junior Team for six years now, and 2019 looks like it'll be the promising season yet for this young athlete. In January, he took gold in the 15 km and silver in the 30 km events at the Sherbrooke Nor-Am Cup. He also placed fifth in the 15 km and 7th in the 10 km in Stage 2 of the US Super Tour in the mountains of Lake Placid, New York.



RUSSELL KENNEDY Canmore, AB

Russell Kennedy a grandi dans les montagnes de la Sierra Nevada en Californie. Il a chaussé des skis pour la première fois à l'âge de 2 ans et a commencé à concourir en ski de fond à l'école primaire. Il a quitté la Californie pour s'installer à Canmore en juin 2010 afin de poursuivre sa carrière de fondeur. C'est depuis la même année qu'il représente le Canada sur la scène internationale. Il a fait ses débuts en Coupe du monde en décembre 2012 lorsque deux étapes du circuit se sont arrêtées à Québec et à Canmore. Il a ensuite participé au Ski Tour Canada, une compétition de huit étapes, en mars 2016. En 2018, en plus d'une participation à PyeongChang, Russell a représenté le Canada aux Jeux paralympiques d'hiver comme guide pour le fondeur aveugle Brian McKeever. Ensemble, ils ont remporté l'or au 1,5 km sprint et le bronze au relais 4 x 2,5 ouvert. Récemment, Russell est monté deux fois sur le podium de la Coupe Nor-Am à Sherbrooke. Il a terminé 1^{er} au 30 km et 3^e au sprint 1,6 km.

Russell Kennedy grew up in California's Sierra Nevada mountains, where he stepped into a pair of skis for the first time as a two-year-old and started competing in cross-country events when he was in elementary school. In 2010 he said goodbye to California and moved to Canmore to pursue his cross-country career. That was when he started competing for Canada on the world stage. After making his World Cup debut in December 2012 when two stages of the circuit came to Quebec City and Canmore, he went on to compete in the eight-stage Ski Tour Canada in March 2016. In 2018, as well as competing in the Olympics at PyeongChang, Russell represented Canada in the Winter Paralympics as a guide for visually-impaired skier Brian McKeever. Together, they took home the gold medal in the 1.5 km sprint and bronze in the 4x2.5 km open relay. More recently, Russell climbed onto the podium twice at the Sherbrooke Nor-Am Cup, where he finished first in the 30 km event and third in the 1.6 km sprint.



EVAN PALMER-CHARRETTE Thunder Bay, ON

Evan en est à sa 6^e année sur l'équipe junior canadienne. Il s'entraîne à l'année longue pour participer à des compétitions partout au Canada et dans le monde. Evan a commencé sa saison 2019 en force en se classant 4^e au 15 km et 8^e au 30 km des Championnats nationaux se déroulant à Craftsbury Outdoor Center. Lors de la Coupe Nor-Am à Sherbrooke, il s'est mérité l'or au sprint 1,6 km et la médaille de bronze au 30 km.

This is Evan's sixth year on the Canadian Junior Team. He trains year-round to compete in events across Canada and around the world. Evan has made a flying start to the 2019 season, finishing fourth in the 15 km and 8th in the 30 km race at the National Championships held at Craftsbury Outdoor Center. At the Sherbrooke Nor-Am Cup, he won gold in the 1.6 km sprint and took home the bronze medal in the 30 km event.



REMI DROLET Rossland, BC

Âgé de 18 ans, Remi accumule déjà les bons résultats. En 2018, c'est en 6^e position qu'il a terminé au départ en ligne et 13^e au 10 km de la Coupe Nor-Am du Canmore Nordic Center. Tout récemment, Remi s'est rangé au 7^e rang du classement au 30 km des Championnats du monde juniors en Finlande. Il a également très bien performé à Kelowna en obtenant la 1^{ère} place au 15 km et en gagnant l'argent au sprint 1.3 km.

Remi is just 18 years old, but he's already earning some impressive results. In 2018, he placed sixth in the mass start and thirteenth in the 10 km event at the Canmore Nordic Centre Nor-Am Cup. More recently, Remi finished seventh in the 30 km event at the Junior World Championships in Finland. He also notched up a solid performance in Kelowna, taking first place in the 15 km event and winning silver in the 1.3 km sprint.



Appuyer l'excellence dans le sport

Patrimoine canadien (Sport Canada) et Développement économique Canada pour les régions du Québec sont fiers d'appuyer les finales de la Coupe du monde FIS de ski de fond 2019.

Supporting excellence in sport

Canadian Heritage (Sport Canada) and Canada Economic Development for Quebec Regions are proud to support the FIS Cross-Country World Cup finals 2019.

Canada

EN SAVOIR PLUS SUR... LEARN MORE ABOUT...



CENDRINE BROWNE

Quel est ton meilleur souvenir de compétition ?
Mes premiers championnats du monde junior.

Quel serait ton rêve de carrière ultime ?
C'était d'aller aux Jeux olympiques. Maintenant que j'ai réalisé ce rêve, je veux devenir plus compétitive sur la Coupe du monde, c'est-à-dire continuer à m'améliorer. Bien sûr, je souhaite aussi aller aux JO une deuxième fois.

Qui est ton idole du domaine sportif ?
Beckie Scott, non seulement pour ses performances sportives, mais aussi pour sa force mentale, sa détermination et ses valeurs.

What is your most treasured racing memory?
My first Junior World Championships.

What is your ultimate career dream?
I always used to dream of going to the Olympics. Now that I've achieved that goal, I want to be more competitive on the World Cup circuit, so my goal is to keep improving. And I'd love to go to the Olympics again, of course.

Who is your sporting idol?
Beckie Scott, not just because of her sporting talent and performance, but also her mental strength and determination and the values she stands up for.

ALEX HARVEY

Quel est ton meilleur souvenir de compétition ?
La victoire à Québec en 2017! J'étais dans une forme splendide et j'ai pu conclure la meilleure saison de ma carrière sur une bonne note et entouré des miens.

Quelle est selon toi ta plus grande force en tant qu'athlète ?
L'analyse des performances pour ensuite établir un plan.

Qui est ton idole du domaine sportif ?
Usain Bolt et Michael Phelps.

What is your most treasured racing memory?
Winning here in Quebec City in 2017! I was on amazing form and it was a real highlight to wrap up the best season of my career on a high note surrounded by the people I love.

What would you say is your greatest strength as an athlete?
Analyzing my performances so I can develop a plan.

Who is your sporting idol?
Usain Bolt and Michael Phelps.

REMI DROLET

Quel serait ton rêve de carrière ultime ?
J'aime devenir meilleur et me pousser le plus possible, donc mon rêve de carrière ultime est de devenir le meilleur athlète possible.

As-tu des rituels ou porte-bonheur ?
Le soir avant une course, il y a un cycle particulier d'exercices et d'étirements que je complète avant de me rendre au lit. Je fais ceci sans exception, même si cela veut dire que je m'endors plus tard que je l'aimerais.

As-tu d'autres passions que le sport ? Des hobbies ?
J'aime beaucoup les sciences, surtout la physique, et je passe beaucoup de temps à apprendre de nouvelles choses dans ce domaine. J'adore aussi les jeux de société et de stratégie.

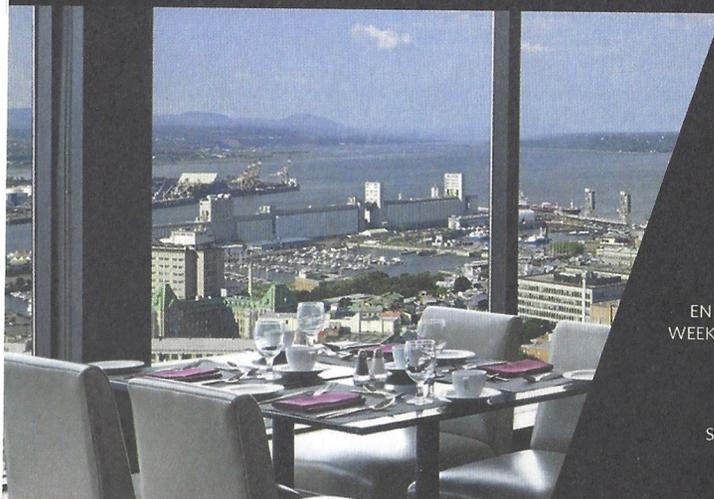
What is your ultimate career dream?
I want to get better and really push myself harder, so my dream is to be the best athlete I possibly can.

Do you have any rituals or lucky charms?
The night before a race, I always do a specific routine of exercises and stretches before I go to bed. I do that every time no matter what, even if it means getting to sleep later than I would like.

Do you have any favourite hobbies or pastimes other than sport?
I love science, especially physics, and I spend a lot of time learning new things in that field. I'm also a huge fan of strategy and board games.



Hilton
QUÉBEC



le23
restaurant

LUNCH
EN SEMAINE (MIDI À 14H)
WEEKDAYS (NOON TO 2 PM)

BRUNCH
DIMANCHE (11H-13H)
SUNDAYS (11AM TO 1 PM)

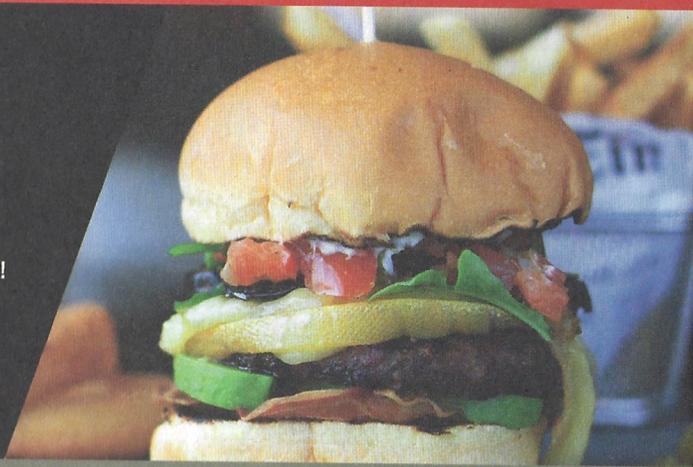
2 RESTAURANTS
STATIONNEMENT | PARKING
(2H GRATUIT/FREE)



ALLEGRO

PETIT-DÉJEUNER
ET REPAS DU SOIR
NOUVEAU GIN-BAR!

FOR BREAKFAST &
EVENING DINNER
NEW GIN BAR!



(418) 647-2411
HILTONQUEBEC.COM/FR

1100, BOUL. RENÉ-LÉVESQUE EST
QUÉBEC, QC G1R 4P3

COMPÉTITION INVITATION FIS JUNIOR « ÉTOILES MONTANTES » "RISING STARS" FIS JUNIOR INVITATIONAL

En collaboration avec / In collaboration with



Le samedi 23 mars, voyez les meilleurs athlètes juniors nord-américains, de même que plusieurs athlètes européens à l'œuvre lors de la FIS Junior « Les étoiles Montantes », un 10 km en classique (départ de masse) !

On Saturday, March 23, see the best North American junior athletes as well as several European athletes at the FIS Junior "Rising stars", a 10K classic (mass start)! Young athletes will have the chance to train alongside local favorite Alex Harvey and other World Cup athletes on the same course on the Plains of Abraham.

Départ des femmes : 12h45
Women's start: 12:45 p.m.

Départ des hommes : 13h30
Men's start: 1:30 p.m.



INISKI

En collaboration avec
In collaboration with



FREE INISKI TASTER CLASSES

Vous désirez essayer le ski de fond ? Participez au INISKI entre amis ou même en famille! Cette initiation ludique au ski de fond est gratuite et propose une boucle de 150 m pour les enfants et adultes. Des entraîneurs et des animateurs de la fédération Ski de fond Québec seront sur place pour vous accompagner dans ce nouveau défi !

*Les enfants doivent être âgés de 4 ans minimum.
Prêt d'équipement sur place. Vestiaire chauffé.
Places limitées. Premiers arrivés, premiers servis.*

Have you always wanted to give cross-country skiing a go? Why not take a free INISKI taster class and encourage your family or friends to join you? Kids and adults alike are invited to try cross-country skiing around a 150-metre loop completely free of charge, with hosts and instructors from the Quebec cross-country ski federation on hand to help everyone rise to the challenge.

*Children must be 4 years of age or older
All equipment provided. Heated changing room onsite.
Availability is limited. First come, first served.*

Parc George-V

HORAIRE / SCHEDULE

Vendredi 22 mars
9h à 15h30

Friday March 22 - 9AM to 3:30PM

Samedi 23 mars
8h30 à 14h

Saturday March 23 - 8:30AM to 2PM

Dimanche 24 mars
9h à 14h

Sunday March 24 - 9AM to 2PM

HUSKY
PERFORMANCE DE
DAMAGE INÉGALÉE



LA SOLUTION ADAPTÉE POUR LES SENTIERS DE SKI

Grâce à sa maniabilité optimisée et son impressionnante performance, la dameuse HUSKY laisse derrière elle un tracé parfait.

PRINOTH est fier de contribuer au succès de la Coupe du Monde de Ski de Fond 2019 en tant que partenaire dédié à la préparation du parcours.

Bonne chance à tous les athlètes!

prinoth.com

Prinoth

PREMIER PARC HISTORIQUE NATIONAL AU CANADA
CANADA'S FIRST NATIONAL HISTORIC PARK



PLAINES D'ABRAHAM
PLAINS OF ABRAHAM

EXPOSITIONS | VISITES ANIMÉES | SENTIERS | JARDIN
EXHIBITIONS | GUIDED TOURS | TRAILS | GARDEN

MUSÉE
DES PLAINES
D'ABRAHAM

PLAINS OF
ABRAHAM
MUSEUM

835, AVENUE WILFRID-LAURIER

418 649-6157 / 1 855-649-6157

LESPLAINESDABRAHAM.CA / THEPLAINSOFABRAHAM.CA



Gouvernement du Canada

Commission des champs
de bataille nationaux

Government of Canada

The National Battlefields
Commission

Canada



Multipliez chaque aventure par quatre.

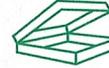
Remplissez chaque moment de sensations fortes – le nouveau Audi Q8 avec quattro.



Premier National Partner
Grand Partenaire National

Au Québec, la récupération fait partie de nos habitudes à la maison depuis plusieurs années. Toutefois, le tri efficace des matières recyclables demeure souvent un défi. Surtout pour certains items difficiles à classer au premier coup d'œil...

TESTEZ VOS CONNAISSANCES EN DÉCOUVRANT DANS QUEL BAC VONT LES OBJETS CI-DESSOUS!



Carton de pizza très souillé



COMPOST

Une boîte de pizza, ça se récupère comment? C'est simple! On enlève la portion souillée (souvent le bas!) et on la met au compost. Toutefois, les portions propres (souvent le couvercle!) peuvent très bien être recyclées.



Sac de croustilles



POUBELLE

Le règle d'or est la suivante : étirement et souplesse! Tous les sacs de plastique (ex : sacs de céréales) et les emballages avec une pellicule métallique (sacs de croustilles, emballages de barres tendres) qui ne s'étirent pas et qui reprennent leur forme une fois froissés vont à la poubelle.



Papiers-mouchoirs et serviettes de table souillées



COMPOST

Est-ce que ça vous surprend? Il est possible de mettre vos papiers-mouchoirs et serviettes de table souillées avec de la nourriture dans la collecte de compost résidentielle, avec vos restes alimentaires.



Film de plastique étirable



RECYCLAGE

Les films de plastique étirable (ex : Saran Wrap), lorsqu'ils ne sont pas trop sales, sont recyclables! Il en va de même pour les sacs de plastique à glissière et pour tout autre emballage de plastique souple (ex : emballage de papier de toilette). Si ça s'étire, hop! Au recyclage.



Casseau à champignons



POUBELLE



À l'heure actuelle, au Québec, les emballages de plastique marqués d'un numéro 6 ne sont pas tous acceptés auprès de votre centre de tri. Dans quelques municipalités, comme pour le centre de tri de la Ville de Québec, des projets pour recycler le plastique numéro 6 sont mis en place. Ainsi, nous vous invitons à repérer le symbole identifiant ce plastique et à valider auprès de votre municipalité si le numéro 6 est accepté dans votre bac de recyclage. Le plastique numéro 6 est souvent utilisé dans les produits d'emballage comme les barquettes de votre casseau à champignons, les barquettes de polystyrène de vos viandes, mais aussi les ustensiles à usage unique.



INITIATIVE
GesteVert

DIFFUSION TV



Regardez toute l'action en direct ou différé.

Consultez les horaires de diffusion sur cdmskidefondquebec.com

Watch all the action live or catch a rerun later. See the full broadcast schedule online at worldcupccquebec.com

TVA SPORTS



PARTENAIRES HÔTELIERS



Merci à l'Hôtel Hilton Québec, l'hôtel officiel, ainsi qu'à l'Hôtel Château Laurier Québec, hôtel partenaire de la COOP Coupe du monde FIS de Ski de fond Québec 2019.

Thank you to official event hotel Hilton Quebec and Hôtel Château Laurier Québec, partner hotel of the 2019 Quebec City Coop FIS Cross-Country World Cup Finals.

Leurs emplacements de choix au cœur de la ville permettent une expérience unique au centre de l'action !

A prime location right at the heart of the city, just a stone's throw away from all the action!



HiltonQuebec.com/FR

George V

TRAITEUR ÉVÉNEMENTIEL DE
HÔTEL CHÂTEAU
LAURIER QUÉBEC

hotelchateauaurier.com

Alex Harvey
fier porte-parole de Laura Lémerveil



SOUTIEN AUX ENFANTS HANDICAPÉS
ET À LEUR FAMILLE

L'organisme Laura Lémerveil a pour mission de soutenir et d'accompagner l'enfant vivant une situation de handicaps multiples tout au long de son parcours de vie et sa famille. Laura Lémerveil est animé par le désir de reconnaître et promouvoir le droit à l'accomplissement de soi, et ce, indépendamment de la sévérité du handicap et de la gravité ou la complexité de la maladie.

www.lauralemerveil.ca



SUR LES TRACES D'UN CHAMPION



DÉCOUVREZ LA SÉRIE BALADO SUR ALEX HARVEY.

Disponible sur QUB radio



Coupe du monde de ski

Allez-y en bus!



FINALES COUPE DU MONDE FIS
**SKI DE FOND
QUEBEC**
FIS CROSS-COUNTRY WORLD CUP FINALS

RTC



CRAFT

FIÈREMENT CANADIEN

depuis

19 45

AUCLAIR

Une fois nos gants enfilés, tout est à notre portée.



- ski de fond
- course à pied
- multi-sports



COLLECTION ALEX HARVEY

Inspiré de l'expérience d'un champion du monde, le gant TRAINING répond aux plus hautes exigences de performance, ce qui est la raison d'être chez Auclair depuis 1945.

auclairgloves.com

FINALES COUPE DU MONDE FIS
**SKI DE FOND
QUEBEC**
FIS CROSS-COUNTRY WORLD CUP FINAL



MERCI À NOS PARTENAIRES!
Thanks to our partners!

Partenaire titre FIS
FIS Title Sponsor



Partenaire présentateur FIS
FIS Presenting Partner



Partenaire majeur / Major Partner



Partenaires officiels / Official Partners



Partenaires publics et touristique / Public & Tourism Partners



Site hôte / Host Venue

Partenaires officiels / Official Partners



Partenaires supporteurs / Supporting Partners



Fournisseurs officiels / Official Suppliers



Fournisseurs alimentaires / Food Partners



Partenaires médias / Media Partners

Diffuseurs / Broadcasters



Fédérations / Federations



Producteur délégué / Brought to you by



DU 22 AU 24 MARS

VIBREZ AVEC L'ÉLITE MONDIALE DU SKI DE FOND



FINALES COUPE DU MONDE FIS
SKI DE FOND
QUEBEC

FIS CROSS-COUNTRY WORLD CUP FINALS



Québecor et **TVA Sports** sont fiers de soutenir les athlètes d'ici et d'être le diffuseur officiel des finales de la Coupe du monde de ski de fond 2019.

QUÉBECOR

TVA **SPORTS**

 quebecormedia

 Quebecor

   TVASports