



Règlements de sécurité du Club d'aviron Terrebonne

Le règlement de sécurité de l'Association québécoise d'aviron (AQA) est disponible dans le site Internet du Club d'aviron Terrebonne (CAT) et est également disponible en copie imprimée au comptoir d'accueil du CAT.

Avant leur première sortie sur l'eau, tous les membres, clients et invités du CAT (les utilisateurs) doivent obligatoirement recevoir la formation de base de sécurité (annexe 1) offerte par les entraîneurs et instructeurs du CAT, lesquels remplissent les conditions d'embauche du CAT (annexe 2).

Tous les utilisateurs doivent comprendre le fonctionnement de l'application Rowgister (www.rowgister.com); la carte géographique (annexe 3) ainsi que la charte de température de l'eau (annexe 4) affichées dans le hangar à bateaux.

AVANT D'ALLER SUR L'EAU

Tous les utilisateurs doivent enregistrer leur sortie sur l'eau dans rowgister.

Tous les utilisateurs doivent vérifier le bon état de leurs équipements (coque, dérive, gouvernail, portants, dames de nage, sièges, cale-pied, rames).

Avant de s'engager sur la passerelle, tous les utilisateurs doivent s'assurer que le quai ET le chenal sont libres d'accès.

Tous les utilisateurs doivent s'assurer que l'embarcation de sécurité sera sur l'eau avec eux ou encore doivent s'assurer d'apporter avec eux un VFI, une écope, une corde flottante et un sifflet.

SUR L'EAU

Tous les utilisateurs doivent respecter les corridors d'entraînement.

Les utilisateurs novices doivent demeurer dans les 1500 mètres amont du parcours.

Les utilisateurs n'ont pas priorité sur les autres embarcations (canots-kayaks-rabaskas).

APRÈS LA SORTIE SUR L'EAU

Tous les utilisateurs sont responsables de bien entreposer leurs équipements.

Tous les utilisateurs doivent indiquer la fin de leur sortie sur l'eau dans rowgister.



Règlements de sécurité du Club d'aviron Terrebonne

ANNEXE 1 – Formation de base de sécurité

Section 1 – Communications en cas d'urgence

Un téléphone se trouve au comptoir d'accueil. Faire le 9-1-1.

Le CAT est situé au chalet du parc de la Rivière, 2740, 40^e avenue, Terrebonne.

4 kilomètres à l'ouest du terminus d'autobus et 1 kilomètre à l'est du golf Le Versant.

Section 2 – L'application Rowgister

Avant et après chaque sortie sur l'eau, les utilisateurs doivent s'assurer que leur sortie soit bien enregistrée dans le système Rowgister. Si Rowgister ne fonctionne pas, des feuilles de sorties sur l'eau sont disponibles. Habituellement, le numéro un ou le barreur complète cette tâche.

Section 3 – Dangers spécifiques au parcours du CAT

Sur la carte géographique (annexe 3), comprendre le sens du courant, la situation des bouées et des hauts fonds, ainsi que les corridors d'entraînement.

Section 4 – Temps chaud et hyperthermie / Temps froid et hypothermie

Par temps chaud, les utilisateurs doivent toujours aller ramer avec une bouteille d'eau et une casquette.

Par temps froid, les utilisateurs doivent être vêtus convenablement (en pelures d'oignon).

Les utilisateurs printaniers doivent visionner la vidéo de sécurité en eau froide de RCA et comprendre la charte de température de l'eau (annexe 4).

Section 5 – L'embarcation à moteur et ses équipements

L'embarcation de sécurité doit contenir tout ce qui suit : un moteur en bon état de marche avec cordelette de mise hors-tension; suffisamment d'essence; deux rames; une écope; une bouée avec corde flottante d'au moins 10 mètres; un sifflet; au moins neuf VFIs de plus que le nombre de personnes à bord; une trousse de premiers soins de base (tampons anti-séptiques, gazes et diachylons); une trousse d'outils de base (une clé à molette, une clé 7/16, une clé 11 mm, un tournevis universel et du ruban gommé «électrique»).

Section 6 – Les embarcations d'aviron

Avant chaque sortie, les utilisateurs doivent s'assurer que toutes les parties du bateau (coque, caisson, plat-bord, dérive, gouvernail, portant, dame de nage, tolet, planchette, coulisse, cale-pied et lacet de sécurité de cale-pied) et des rames (manche, collet, bourrelet, pelle) soient en bon état.

Club d'aviron Terrebonne

www.avironterrebonne.ca – info@avironterrebonne.ca – 450-964-9624

2740, 40^e avenue, Terrebonne (Québec), J6Y 1H3



Règlements de sécurité du Club d'aviron Terrebonne

ANNEXE 1 – Formation de base de sécurité (suite)

Section 7 – Manipulation des embarcations et des rames

Les rames doivent être transportées les pelles devant. Dans le hangar, il faut manipuler les bateaux de façon à éviter de toucher les portants des autres bateaux. Pour les mettre ou les sortir de l'eau, il faut éviter d'abimer la coque.

Section 8 – Procédures en cas de chavirement

Les utilisateurs doivent d'abord rester calmes et s'assurer que tous les coéquipiers ont libéré leurs pieds et qu'ils ont la tête hors de l'eau. Analyser où le courant et le vent poussent. Toujours demeurer avec son embarcation jusqu'à l'arrivée de la chaloupe de sécurité. Deux par deux, et lentement, monter dans la chaloupe de sécurité ou se diriger vers la berge, escortés par la chaloupe.

ANNEXE 2 – Formation des entraîneurs et instructeurs du CAT

Tous les entraîneurs et instructeurs du CAT doivent obligatoirement :

Posséder un permis de conducteur d'embarcation de plaisance;

Avoir complété une formation de premiers soins et de réanimation cardio-respiratoire (RCR) au cours des 36 derniers mois;

Avoir rempli un formulaire de profilage de la Ville de Terrebonne;

Avoir complété une formation du Programme national de certification des entraîneurs (PNCE) offerte par l'Association québécoise d'aviron (AQA);

Avoir complété leur examen éthique du PNCE.

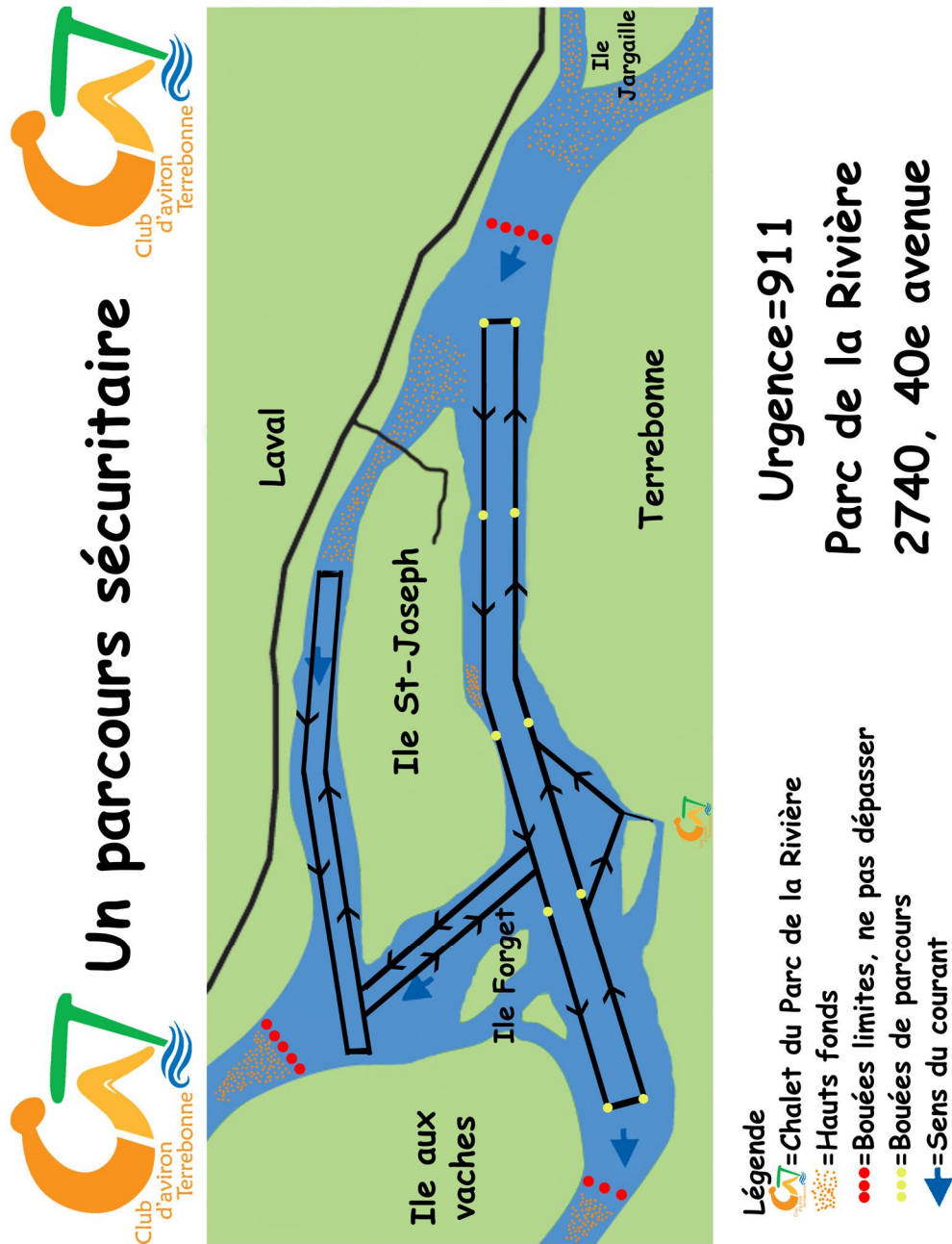
Club d'aviron Terrebonne

**www.avironterrebonne.ca – info@avironterrebonne.ca – 450-964-9624
2740, 40^e avenue, Terrebonne (Québec), J6Y 1H3**



Règlements de sécurité du Club d'aviron Terrebonne

ANNEXE 3 – La carte géographique



Club d'aviron Terrebonne

www.avironterrebonne.ca – info@avironterrebonne.ca – 450-964-9624
 2740, 40^e avenue, Terrebonne (Québec), J6Y 1H3



Règlements de sécurité du Club d'aviron Terrebonne

ANNEXE 4 – Charte de température de l'eau

Température de l'eau	Novice en Apprentissage	Intermédiaires Dix sorties et plus	Avancés Deux ans et plus
Moins de 10° C	4x et 8+ accompagnés d'une chaloupe de sécurité à moins de 100 mètres.	4x et 8+ accompagnés d'une chaloupe de sécurité à moins de 100 mètres.	1x, 2x, 4x et 8+ accompagnés d'un autre bateau de rameurs avancés.
10 à 15° C	4x et 8+ accompagnés d'une chaloupe de sécurité à moins de 100 mètres.	4x et 8+ accompagnés d'une chaloupe de sécurité à moins de 100 mètres.	1x, 2x/-, 4x/- et 8+ accompagnés d'un autre bateau de rameurs avancés.
16 à 20° C	2x, 4x et 8+ accompagnés d'une chaloupe de sécurité à moins de 100 mètres.	1x, 2x/-, 4x/- et 8+ accompagnés d'une chaloupe de sécurité à moins de 100 mètres ou d'un autre bateau de rameurs intermédiaires.	1x, 2x/-, 4x/- et 8+
20° C et plus	1x, 2x/-, 4x/- et 8+ accompagnés d'une chaloupe de sécurité à moins de 100 mètres.	1x, 2x/-, 4x/- et 8+ accompagnés d'une chaloupe de sécurité à moins de 100 mètres ou d'un autre bateau de rameurs intermédiaires.	1x, 2x/-, 4x/- et 8+

Peu importe la température de l'eau, les VFIs, sifflets et écopes sont obligatoires pour tous si une chaloupe de sécurité ne suit pas à moins de 100 mètres.

Club d'aviron Terrebonne

www.avironterrebonne.ca – info@avironterrebonne.ca – 450-964-9624

2740, 40^e avenue, Terrebonne (Québec), J6Y 1H3