



## RÉGATE

# COUPE DU QUÉBEC ESPOIR-JEUNESSE DE TERREBONNE

Le samedi 19 août 2017

Réunion des entraîneurs 8 h  
Premières mises à l'eau 8 h 30  
Première course 9 h  
Remise des médailles 15 h 30  
Souper 16 h 30  
Sortie en huit 18 h

Offrez la chance à vos jeunes de camper  
et de participer **GRATUITEMENT** aux  
activités des 24 heures d'aviron  
qui se tiendront les 19 et 20 août !

Club d'aviron Terrebonne  
[www.avironterrebonne.ca](http://www.avironterrebonne.ca) – [info@avironterrebonne.ca](mailto:info@avironterrebonne.ca) – 450-964-9624  
2740, 40<sup>e</sup> avenue, Terrebonne (Québec), J6Y 1H3



## Informations générales

Le concours d'habiletés est obligatoire pour tous les participants des catégories U13 et U15. (Règlements et schéma en page 3)

Toutes les courses en ligne seront de 800 mètres, contre le courant, lequel est très faible à ce temps de l'année. (schéma en page 4)

L'horaire préliminaire de la journée est en page 5 de ce document et l'horaire final sera envoyé par courriel et mis en ligne dans le site Internet du CAT le jeudi soir 17 août.

Coût des inscriptions : 20\$/jeune pour une, deux ou trois courses.

Spécial pour les jeunes participants : souper à 10\$ seulement. Voir aussi les forfaits complets offerts aux participants et accompagnateurs en page 7.

Tous les participants doivent nécessairement être membre en règles de RCA et posséder leur numéro permanent. Un **cadeau** sera remis à chaque jeune au moment où il présentera sa **carte d'assurance-maladie**, dès son arrivée au CAT.

Les clubs de l'extérieur doivent prévoir l'utilisation de leurs propres bateaux. Le Club d'aviron Terrebonne pourra dépanner avec des doubles, mais risque de ne pas pouvoir dépanner pour les skiffs et les quads.

Vous devez envoyer vos inscriptions par courriel au [info@avironterrebonne.ca](mailto:info@avironterrebonne.ca) en utilisant la grille .xls fournie (formulaire Jeux du Québec). Vous ajoutez autant de lignes que vous le voulez.

**DATE LIMITE D'INSCRIPTION : LUNDI 14 AOÛT 18 HEURES.**

## Consignes particulières

La régata se tient dans un parc naturel :

Vous pouvez entrer dans le parc avec vos camions, mais devrez les stationner de l'autre côté de la rue une fois déchargés.

Nous vous demandons de respecter le silence dans le stationnement.

Les berges sont protégées; les spectateurs pourront se rendre à la tour d'observation.

Les jeunes ne doivent pas courir sur les passerelles de bois.

Les animaux domestiques sont interdits dans le parc.

Il y a des toilettes et une grande salle intérieure dans le chalet du parc.

**Club d'aviron Terrebonne**

**[www.avironterrebonne.ca](http://www.avironterrebonne.ca) – [info@avironterrebonne.ca](mailto:info@avironterrebonne.ca) – 450-964-9624  
2740, 40<sup>e</sup> avenue, Terrebonne (Québec), J6Y 1H3**

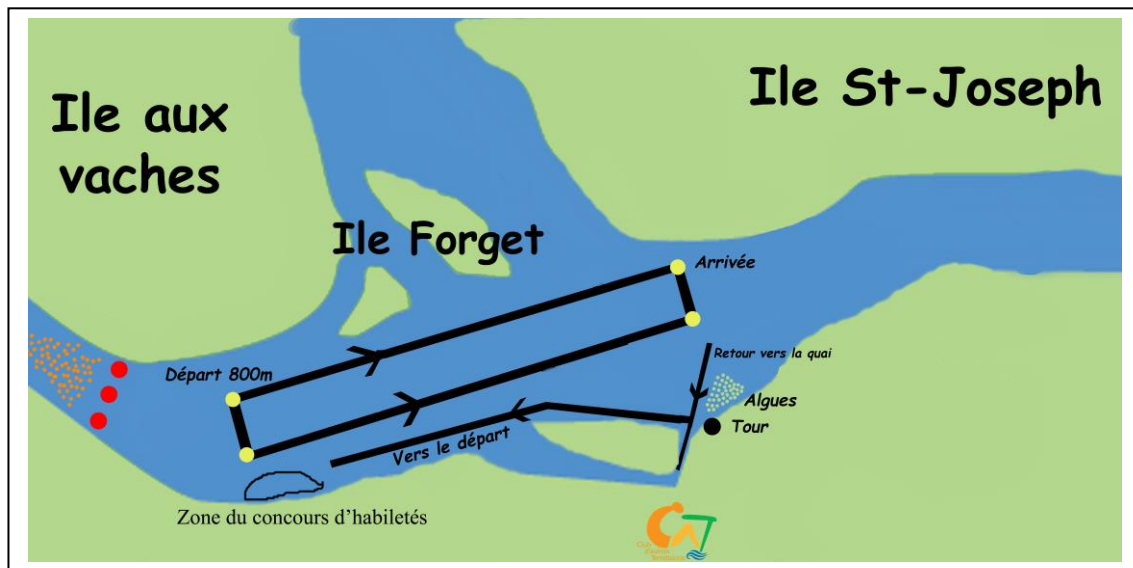


## Concours d'habiletés

Les participants devront compléter, le plus rapidement possible, un départ de course, un arrêt d'urgence, un 360 degrés et un court sprint.

Le parcours est chronométré.

Si un participant n'est pas stable avant son départ, une pénalité de cinq secondes sera ajoutée à son temps. Si un participant n'arrête pas complètement son bateau au moment de l'arrêt d'urgence, une pénalité de cinq secondes se ajoutée à son temps.



**Club d'aviron Terrebonne**

**[www.avironterrebonne.ca](http://www.avironterrebonne.ca) – [info@avironterrebonne.ca](mailto:info@avironterrebonne.ca) – 450-964-9624  
2740, 40<sup>e</sup> avenue, Terrebonne (Québec), J6Y 1H3**



## Courses en ligne

Toutes les courses en ligne seront de 800 mètres, contre le courant, lequel est très faible à ce temps de l'année.

Le parcours est suffisamment large pour six ou sept bateaux, mais dans la mesure du possible, les courses seront limitées à cinq bateaux.

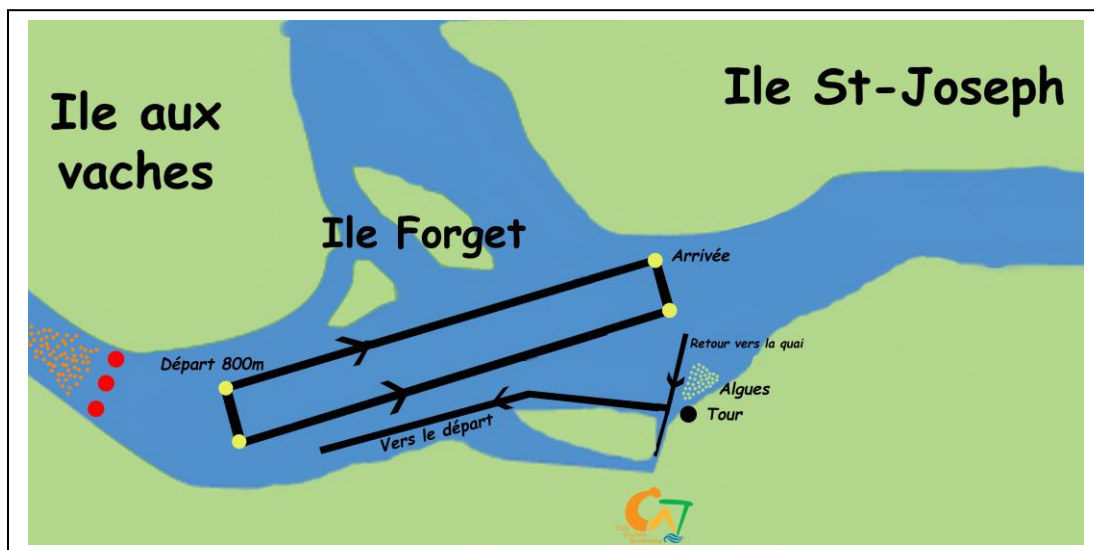
Il y aura des bouées de chaque côté du parcours, incluant celles séparant le parcours de l'espace réservé à la descente vers le départ.

En sortant du chenal protégeant le quai, les participants doivent descendre vers le départ en respectant la ligne de bouées délimitant le parcours de course.

Le chenal protégeant le quai est à sens unique sur une distance d'environ 60 mètres.

Une fois leur course terminée, les participants doivent s'assurer que le chenal est libre avant d'y entrer.

Les spectateurs assis à la tour d'observation verront le parcours au complet.



**Club d'aviron Terrebonne**

**[www.avironterrebonne.ca](http://www.avironterrebonne.ca) – [info@avironterrebonne.ca](mailto:info@avironterrebonne.ca) – 450-964-9624  
2740, 40<sup>e</sup> avenue, Terrebonne (Québec), J6Y 1H3**



## Horaire préliminaire

Nous savons d'avance qu'il y aura quelques finales directes. L'horaire des vagues de qualifications sera complété le jeudi 17 août.

7:30-8:30	Entraînement			
08:00	Réunion des entraîneurs et officiels			
	Épreuve	type de bateau	catégorie	Distance
9h00 à 11h30	Vagues de qualifications			
11h45	Finale 1	skiff	U13 ouvert	800
12h00	Finale 2	skiff	U15 filles	800
12h15	Finale 3	Skiff	U15 garçons	800
12h30	Finale 4	skiff	U17 filles	800
12h45	Finale 5	skiff	U17 garçons	800
13h00	Finale 6	Skiff	U19 filles	800
13h15	Finale 7	Skiff	U19 garçons	800
13h30	Finale 8	Deux de couple	U17 ouvert	800
13h45	Finale 9	Deux de couple	U15 ouvert	800
14h00	Finale 10	Deux de couple	U17 filles	800
14h15	Finale 11	Deux de couple	U13 ouvert	800
14h30	Finale 12	Quatre de couple	U19 ouvert	800
15h30	Remise des médailles			

**Club d'aviron Terrebonne**

**[www.avironterrebonne.ca](http://www.avironterrebonne.ca) – [info@avironterrebonne.ca](mailto:info@avironterrebonne.ca) – 450-964-9624**

**2740, 40<sup>e</sup> avenue, Terrebonne (Québec), J6Y 1H3**



## **Directions**

Le Club d'aviron Terrebonne est situé au parc de la Rivière, 2740, 40<sup>e</sup> avenue, Terrebonne, J6Y 1H3.

Ce parc est situé 4 kilomètres à l'ouest de l'autoroute 25 et du grand stationnement incitatif de l'Agence métropolitaine de transport.

Un grand stationnement est accessible aux autos (à gauche en descendant la 40<sup>e</sup> avenue).

Les remorques devront entrer dans le parc en tournant de façon serrée à droite, au bout de la 40<sup>e</sup> avenue.

Nous savons que plusieurs utilisateurs de GPS ont déjà été mal guidés par ceux-ci. Connaissez le chemin avant de vous fier à votre GPS.

Pour celles et ceux provenant de la Rive-Sud et désirant éviter la Ville de Montréal, il est fortement suggéré de prendre le pont-tunnel Lafontaine, l'autoroute 25 nord, le pont payant (passage d'environ 2\$ plus frais de 5\$); poursuivre sur la 25 nord et prendre la sortie des Seigneurs Ouest. Les frais de 7\$ (14\$ aller-retour) pourraient vous faire sauver bien du temps.

L'hôtel le plus près est l'hôtel Impéria de Terrebonne([www.imperiahotel.com](http://www.imperiahotel.com)).

## **Il y aura une cantine sur place**

### **Réservez votre souper pour la tablée de 16h30**

Souper réservé à l'avance : 15\$, payé à la porte : 20\$

Spécial pour les jeunes participants de la Coupe du Québec ayant réservé à l'avance : 10\$

Forfait complet tout inclus (voir page suivante)

### **Autres tablées : de 17h30, 19h00 et 20h30**

Le souper inclut une salade, une assiette de pâtes et un dessert

**Club d'aviron Terrebonne**

**[www.avironterrebonne.ca](http://www.avironterrebonne.ca) – [info@avironterrebonne.ca](mailto:info@avironterrebonne.ca) – 450-964-9624  
2740, 40<sup>e</sup> avenue, Terrebonne (Québec), J6Y 1H3**



## Activités des 24 heures d'aviron de samedi midi à dimanche midi

À l'exception des repas, les activités suivantes sont offertes gratuitement aux **participants** de la Coupe du Québec Jeunesse.

Samedi 18 h : sortie en huit et quatre de couple (limite de 24 participants)

Samedi soir : camping sans service sur place (les jeunes doivent fournir leur équipement)

Dimanche 02 h : sortie de nuit en huit et en quatre de couple (équipages formés en accord avec les responsables de la sécurité nocturne)

Dimanche matin : courses amicales en huit ou en quatre de couple, équipages multi-clubs, multi-calibres et multi-âges choisis par les entraîneurs pour des courses serrées.

Forfait complet pour les **participants** de la Coupe du Québec Jeunesse :

- Courses de skiff, double et quad (valeur 20\$)
- Souper complet - salade, pâtes et dessert (valeur de 15\$)
- Camping
- Sortie de nuit (valeur de 10\$)
- Course amicale du dimanche matin (valeur de 10\$)
- Déjeuner santé (valeur de 10\$)
- Diner complet - poulet, pain et frites (valeur de 10\$)

Le tout pour seulement 60 \$ **RÉSERVATIONS OBLIGATOIRES**

Forfait complet pour les **accompagnateurs** de la Coupe du Québec Jeunesse :

- Souper complet - salade, pâtes et dessert (valeur de 15\$)
- Tour de rabaska du samedi soir OU tour de bateau ponton le dimanche matin OU course amicale du dimanche matin (valeur de 10\$)
- Camping
- Déjeuner santé (valeur de 10\$)
- Diner complet - poulet, pain et frites (valeur de 10\$)

Le tout pour seulement 40 \$ **RÉSERVATIONS OBLIGATOIRES**

**Club d'aviron Terrebonne**

**[www.avironterrebonne.ca](http://www.avironterrebonne.ca) – [info@avironterrebonne.ca](mailto:info@avironterrebonne.ca) – 450-964-9624  
2740, 40<sup>e</sup> avenue, Terrebonne (Québec), J6Y 1H3**