

Invitation Provinciale

CSRN
Sauvetage Sportif

Sauvetage sportif

Saison 2018-2019

Volet Piscine - Physique



Compétition Provinciale

Juniors et Seniors, volet sauvetage Piscine - Physique

Les membres du Club de Sauvetage Rive-Nord sont fiers de vous accueillir pour une compétition physique Juniors et Seniors !

Date de la compétition : 10 novembre 2018

Lieu et adresse :

Centre Récréo-aquatique de Blainville

190, rue Marie Chapleau

Blainville (QC) J7C 0E7

Inscription

Des frais de 30 \$/athlète seront demandés pour participer à la compétition. Ce montant regroupe la totalité des épreuves. Les modalités de paiement peuvent être en argent comptant, ou alors par un chèque au nom du Club de Sauvetage Rive-Nord. Les formulaires d'inscriptions doivent être acheminés au plus tard le **4 novembre 2018**.

Formulaire d'inscription

L'inscription se fera à partir de la réception du formulaire d'inscription EXCEL. Ce dernier devra être envoyé à l'adresse courriel suivante : : csrive-nord@hotmail.com

Rappel

La compétition est homologuée par la Société de sauvetage. Les règlements décrits dans les manuels de la Société de sauvetage seront respectés. Tout athlète doit avoir une licence valide de la Société de sauvetage pour participer à la compétition.

Horaire de la journée

7 h 00 : Arrivée des bénévoles et des athlètes

7 h 30 : Début de l'échauffement des athlètes

7 h 50 : Réunion des capitaines/entraîneurs

8 h 00 : Début des épreuves de la journée

- *Lancer de précision*
- *Lancer de la corde*
- *Nage avec obstacles*
- *Remorquage de mannequin*
- *Sauveteur d'acier*
- *Portage de mannequin*
- *Portage de mannequin avec palmes*



Remise des résultats, à la fin des épreuves!

L'horaire est sujet à changement, pour les ordres des épreuves de l'après-midi.

Informations pertinentes

- Tous les athlètes doivent être accrédités afin de pouvoir participer à la compétition.
- Les vagues/horaire de passage seront transmis lors de la réunion des capitaines.
-
- L'équipement sera prêté par le comité organisateur. Au besoin, des palmes Juniors pourront être empruntées.
- Nous espérons un respect de la propreté des lieux lors de la compétition. Nous encourageons fortement les Clubs à apporter un sac poubelle noir, afin de ramasser leurs déchets et d'utiliser les contenants prévus à cet effet.
- Une pause dîner est prévue durant la journée. Les informations vous seront mentionnées lors de la réunion des capitaines.

- N'oubliez pas de parler de l'évènement dans vos Clubs! Nous sommes activement à la recherche de bénévoles! Un formulaire GOOGLEFORM sera disponible sur la page Facebook des Entraîneurs, afin que vous puissiez le partager en grand nombre 😊

Au grand plaisir de vous voir parmi nous!

L'équipe du CSRN