

Invitation provinciale

Sauvetage sportif

Volet Piscine Physique



Juniors et Seniors

Sauvetage sportif piscine, volet Physique
Juniors et Seniors

L'équipe du Narval Sauvetage Sportif d'Alma est heureuse de vous accueillir pour la seconde compétition physique de son histoire.

La compétition aura lieu le samedi **20 octobre 2018** à compter de **13 heures** et se déroulera au **Centre Mario Tremblay d'Alma**, situé au 605 boulevard Saint-Luc à Alma.

Inscriptions : Des frais d'inscription de **30 \$** par athlète seront demandés sur place afin de participer à cette compétition. Le paiement pourra être effectué le jour même de l'inscription, en argent comptant ou par chèque, à l'ordre de Narval Sauvetage Sportif. Les formulaires d'inscription doivent être acheminés au plus tard le **dimanche 14 octobre 2018**. Il est à noter que tous les revenus dégagés par l'organisation de cette compétition iront au groupe de 5 athlètes du Narval qui participera aux Championnats du monde en Australie.

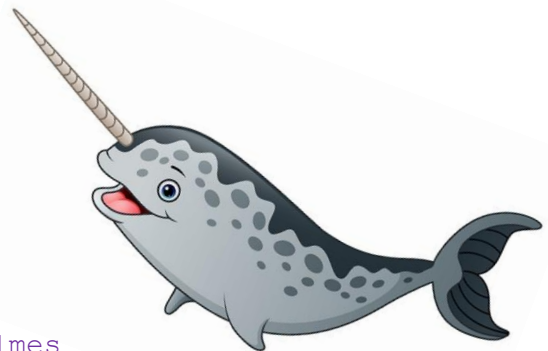
Formulaire d'inscription :

Afin de confirmer votre inscription, veuillez compléter le formulaire Excel fourni et l'envoyer à lenarval@hotmail.com

Règlements : Tous les règlements en vigueur au Québec seront appliqués. Une licence valide auprès de la Société de sauvetage du Québec est requise pour participer.

Horaire :

12 h 30 : Arrivée des athlètes
13 h 00 : Début de l'échauffement
13 h 30 : Réunion des capitaines
Nage avec obstacle
Lancer de précision
Lancer de la corde
Remorquage de mannequin
Sauveteur d'acier
Portage de mannequin
Portage de mannequin avec palmes
Remise des résultats



Comité organisateur :

David Comeau

Coralie Dion

Léony Gobeil

Stéphanie Labelle

Ann-Sophie Lepage

Michaël Simard

Julia Tremblay

Pour toute information : David Comeau :
david.comeau@ville.alma.qc.ca (ou sur Facebook)

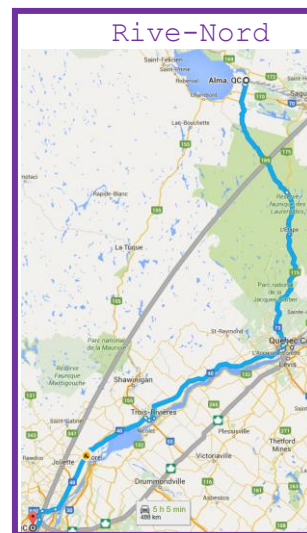
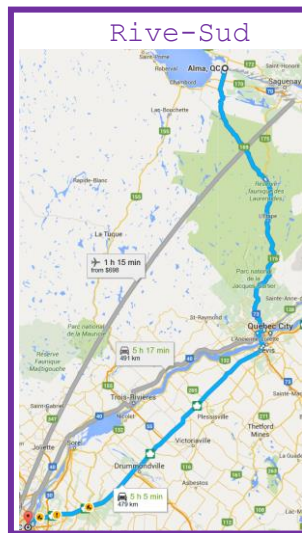
Pour s'y rendre

De la Rive-Sud :

Si la météo n'est pas certaine, nous vous recommandons de passer par Saguenay (route 175). Si la température est clémente, la route 169 est plus rapide d'une quinzaine de minutes. Faites le plein à Québec avant d'entrer dans la réserve faunique des Laurentides.

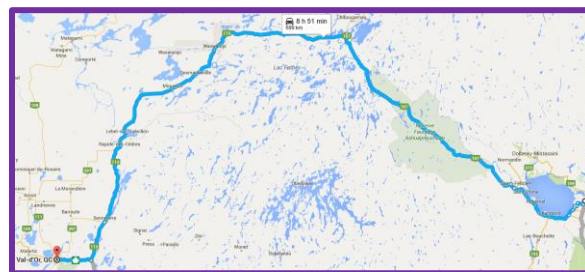
De la Rive-Nord :

Comme pour la Rive-Sud, nous vous recommandons de passer par Québec. Rendu à Québec, si la météo n'est pas certaine, nous vous recommandons de passer par Saguenay (route 175). Si la température est clémente, la route 169 est plus rapide d'une quinzaine de minutes. Faites le plein à Québec avant d'entrer dans la réserve faunique des Laurentides. Attention, il se peut que votre GPS vous fasse passer par La Tuque.



De Val-d'Or :

Prendre la 113 jusqu'à Chibougamau puis la 167 jusqu'au Lac Saint-Jean (La Doré). Prendre la 169 en direction d'Alma par la suite. Nous vous recommandons de faire le plein à Chibougamau.



Hébergement

L'hébergement est sous la responsabilité des clubs. Nous avons toutefois obtenu une entente de prix pour loger à proximité de la piscine à faible coût. Vous devez spécifier que c'est pour la compétition de sauvetage sportif.

Motel de l'avenue du Pont
820, avenue du Pont Sud, Alma
418 668-2354
75 \$ taxes incluses / nuit,
chambre 1 lit
85 \$ taxes incluses / nuit,
chambre 2 lits



Informations aux entraîneurs

- 🐡 La licence des participants est obligatoire.
- 🐡 Tous les bénévoles sont les bienvenus. Toute personne intéressée à s'impliquer est invitée à communiquer rapidement avec le responsable de la compétition aux coordonnées ci-jointes. Le souper sera fourni aux bénévoles.
- 🐡 L'équipement pour les épreuves sera fourni par le comité organisateur. Au besoin, des palmes juniors peuvent être prêtées.
- 🐡 L'ordre de passage sera présenté lors de la réunion des entraîneurs.
- 🐡 Si désiré, des relais « hors-concours » pourront être faits, à condition qu'il reste des couloirs libres. Les résultats de ces relais seront donnés à l'arrivée, mais n'apparaîtront pas sur les résultats.



Merci à tous nos partenaires!

