



*Nageons au  
Témiscouata*

Plage municipale de Cabano

**Samedi 11 août 2018 > 10 h**

Témiscouata-sur-le-Lac

Photo : Lise Lafond

## ...ME DÉPASSER

Courses de 1, 2 et 5 km

Course à relais de 2 km

Défi plouf pour les 6 ans et +

Traversée du lac aux flambeaux Guy Dumais

» 20 h 30 Beach party

Accès gratuit pour les spectateurs

# CAHIER DU NAGEUR

### Sanction

Le comité organisateur en partenariat avec la Ville de Témiscouata-sur-le-Lac, ses collaborateurs et la Fédération de natation du Québec vous invite à la troisième édition de Nageons au Témiscouata. Cette rencontre est sanctionnée par la Fédération de natation du Québec (FNQ).

### Règlements et sécurité

Les règlements de la Fédération de natation du Québec (FNQ) en eau libre s'appliqueront.

### Description technique du site

- ❖ Le départ et l'arrivée se feront à partir d'un quai
- ❖ La température de l'eau varie entre 20 °C et 24 °C
- ❖ La profondeur est d'environ 3 mètres
- ❖ Le fond du lac est un mélange de gravelle et de sable
- ❖ Concernant la combinaison isothermique, le règlement de la Fédération de natation du Québec (FNQ) s'applique pour les épreuves officielles. Pour la traversée Guy Dumais, le port de la combinaison isothermique est conseillé.

### Épreuves

Les épreuves du 1 km, 2 km, 2 km à relais et 5 km seront nagées sur un circuit triangulaire de 500 mètres.

- ❖ Toutes les épreuves seront nagées finales par le temps. Les épreuves du 1km, 2km. 2 km à relais et 5km seront nagées par catégorie.
- ❖ Nombre d'épreuves : Une épreuve par nageur (1 km, 2 km ou 5 km)



Il est à noter que la traversée du lac aux flambeaux Guy Dumais et le défis plouf ne font pas partie des épreuves officielles de compétition. Cette traversée récréative est ouverte à tous.

### Catégories de groupe d'âge

Épreuves	Invitation nageur	✓
1 km mixte	11 à 15 ans	30 \$
	16 à 35 ans	30 \$
	36 ans et plus	30 \$
2 km à relais mixte	15 ans et moins	30 \$
	16 à 35 ans	30 \$
	36 ans et plus	30 \$
2 km mixte	12 à 15 ans	30 \$
	16 à 35 ans	30 \$
	36 ans et plus	30 \$
5 km mixte	14 et 15 ans	30 \$
	16 à 35 ans	30 \$
	36 ans et plus	30 \$


Récréatif	Invitation populaire	✓
Défi plouf 50 m mixte	6 à 7 ans	Gratuit
	8 à 9 ans	Gratuit
	10 ans et plus	Gratuit
Traversée du lac Guy Dumais (2 km)	Déjà nagé	Gratuit
	Mineur	30 \$
	Adulte	30 \$



Les catégories pourront être révisées si le nombre de nageurs le permet.

### Éligibilité

Afin de veiller à ce que tous les nageurs soient assurés pour la pratique en eau libre et limiter les risques d'incident, ces derniers devront :

- ❖ Être affiliés à un club de natation reconnu pour la présente saison 2017-2018.
  -  Pour les nageurs provenant de l'extérieur du Québec, ils devront fournir une preuve d'affiliation provinciale ou nationale pour l'année en cours.
- ❖ Les nageurs qui ne sont pas affiliés à un club de natation pour la présente saison devront remplir le formulaire « Affiliation d'un jour » et acquitter les frais afférents de 12 \$.

### Inscriptions

Les inscriptions devront être effectuées par chèque au nom de la Ville de Témiscouata-sur-le-Lac et postées au 861, rue Commerciale Nord, Témiscouata-sur-le-Lac, GOL 1E0.

- ❖ Les nageurs doivent avoir 11 ans et plus pour participer à des épreuves en eau libre sanctionnées au Canada.
- ❖ Les nageurs de 11 ans sont limités à des épreuves en eau libre d'au plus 1000 m.
- ❖ Les nageurs de 12 ou 13 ans sont limités à des épreuves en eau libre d'au plus 2500 m.
- ❖ Les nageurs de 14 ans et plus peuvent participer à des épreuves en eau libre qui peuvent être de 5000 m.

### Frais d'inscription

Les frais d'inscription sont de 30 \$ par nageurs, peu importe le nombre d'épreuves inscrites. L'inscription des enfants au Défi plouf est gratuite.

### Date limite d'inscription et de paiement

La date limite d'inscription et du paiement est le 31 juillet 2018 à 16 h.



L'inscription est non remboursable sauf si le comité organisateur doit mettre fin ou annuler la compétition.

### Formulaire de consentement et d'aptitude

Les formulaires de consentement et d'aptitude pour chacun des nageurs inscrits à la compétition doivent être remis au plus tard le jour de la compétition. Dans le cas d'un mineur, un adulte responsable de ce nageur ou encore son entraîneur devra signer le formulaire.

### L'horaire de compétition

Suite à l'inscription, le nageur recevra toutes les informations nécessaires afin de prendre part à la compétition. Les courses auront lieu entre 10 h et 17 h. L'horaire officiel sera publié 10 jours avant l'événement.

### Réunion technique

Une réunion technique aura lieu 30 minutes avant le départ de la course. Cette dernière est obligatoire.

### Résultats

Les résultats seront disponibles sur le site près du salon des nageurs. Suite à la fin de semaine, ils seront aussi publiés sur le site Internet de la Ville : [www.temiscouatasurlelac.ca](http://www.temiscouatasurlelac.ca).

## NATATION EN EAU LIBRE

Prénom :	Âge :
Nom :	Date de naissance :
Adresse :	Sexe :
	Téléphone :
Région :	Courriel :
Club de natation :	

### FORMULAIRE D'INSCRIPTION DU NAGEUR

Épreuves	Invitation nageur	✓
1 km mixte	11 à 15 ans	30 \$
	16 à 35 ans	30 \$
	36 ans et plus	30 \$
2 km à relais mixte	15 ans et moins	30 \$
	16 à 35 ans	30 \$
	36 ans et plus	30 \$
2 km mixte	12 à 15 ans	30 \$
	16 à 35 ans	30 \$
	36 ans et plus	30 \$
5 km mixte	14 et 15 ans	30 \$
	16 à 35 ans	30 \$
	36 ans et plus	30 \$

Récréatif	Invitation populaire	✓
Défi plouf 50 m mixte	6 à 7 ans	Gratuit
	8 à 9 ans	Gratuit
	10 ans et plus	Gratuit
Traversé du lac (2 km)	Participatif	Gratuit
	14 ans et plus	30 \$
		30 \$



Ajout de 12 \$ pour l'affiliation à la Fédération de natation du Québec pour nageur non-affilié à un club.

#### Attestation d'appartenance à un club

Je reconnais que toute information erronée, notamment quant à mon appartenance au club ci-haut mentionné, peut entraîner ma disqualification de la compétition.

\_\_\_\_\_  
Signature

Pour les nageurs de moins de 18 ans, le formulaire d'autorisation parentale est obligatoire. Faire parvenir le formulaire dûment complété par la poste ou par fax au 418 854-0118. Faire le chèque au nom de la Ville de Témiscouata-sur-le-Lac.

Information : Sophie Côté 418 854-2116 poste 117 ou slabontecote@temiscouatasurlelac.ca

**DEMANDE D’AFFILIATION À LA FÉDÉRATION DE NATATION  
DU QUÉBEC POUR UN NAGEUR NON AFFILIÉ À UN CLUB  
QUI DÉSIRE PARTICIPER À UN ÉVÉNEMENT DE  
NATATION EN EAU LIBRE SANCTIONNÉ**

Événement : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_

Nom: \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Sexe : Féminin \_\_\_\_ Masculin \_\_\_\_ Date de naissance : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Téléphone : (\_\_\_\_) \_\_\_\_\_

**Coût d’affiliation à la Fédération de natation du Québec pour l’événement : 12 \$**

Note : Ce montant doit être remis au comité organisateur au moment de l’inscription. Le comité organisateur a l’obligation de retourner tous les formulaires et montants d’argent à la FNQ.

Les renseignements inscrits dans le présent formulaire seront utilisés par la Fédération de natation du Québec pour les fins suivantes : la constitution de sa liste annuelle des membres, le contrôle des catégories et des limites d’âge lors des compétitions, l’observance du règlement de sécurité et la classification des athlètes pour les fins de compétition. Les renseignements relatifs au nom, à l’adresse, au téléphone, à l’âge et au sexe du membre que l’on y retrouve seront transmis aux associations régionales et à Swimming/Natation Canada. Les renseignements inscrits dans le présent formulaire seront conservés au bureau de la Fédération et le membre concerné possède à cet égard un droit de consultation et de rectification.

**Le nageur devient un membre de l’organisation de l’événement pour le nombre de jours de l’activité sanctionnée par la FNQ.**

Je, soussigné(e), reconnais les risques et les dangers de la participation à des compétitions en eau libre. J’accepte librement et volontairement de participer à ces compétitions. Je déclare enfin avoir pris connaissance des règlements de sécurité de la Fédération de natation du Québec et j’accepte de m’y conformer. Pour l’enfant (17 ans et moins) sous ma charge, je déclare avoir pris connaissance de la déclaration ci-dessus et consens à ce qu’il participe à des épreuves de natation en eau libre.

\_\_\_\_\_

Date

\_\_\_\_\_

Signature de l’athlète (18 ans et plus)

Signature du parent ou entraîneur

**FORMULAIRE D'APTITUDE POUR AUTORISER  
UNE PERSONNE MAJEURE (18 ANS ET PLUS)  
À PARTICIPER À UNE COMPÉTITION EN EAU LIBRE.**

Nageons au Témiscouata 11 août 2018

**Votre nom :** \_\_\_\_\_ **tél. :** \_\_\_\_\_

**Nom de la personne-ressource :**  
\_\_\_\_\_ **tél. :** \_\_\_\_\_

Je considère que je suis en bonne santé et apte à m'inscrire à cette compétition en eau libre. Je dégage l'organisation de la compétition et la Fédération de natation du Québec de toute responsabilité advenant que des dommages surviennent durant cette compétition et accepte les risques inhérents à ladite compétition.

**Date :** \_\_\_\_\_

**Signature :** \_\_\_\_\_



**FORMULAIRE DE CONSENTEMENT POUR AUTORISER UNE  
PERSONNE MINEURE (17 ANS ET MOINS) À PARTICIPER À UNE COMPÉTITION DE  
NATATION EN EAU LIBRE.**

Par la présente, je soussigné \_\_\_\_\_ autorise  
*Nom du titulaire de l'autorité parentale*  
\_\_\_\_\_, dont la date de naissance est \_\_\_\_\_,  
*Nom de la personne de 17 ans et moins* *jour-mois-année*  
à participer à la compétition de natation de **Nageons au Témiscouata** sur parcours ouvert en eau libre qui  
se tiendra le : **11 août 2018 sur le lac Témiscouata.**

Organisée par la Ville de Témiscouata-sur-le-Lac, 861, rue Commerciale Nord, cette compétition en eau  
libre est dûment sanctionnée par la Fédération de natation du Québec.

Signature de l'autorité parentale : \_\_\_\_\_

ou, à défaut de son entraîneur : \_\_\_\_\_

Faite à \_\_\_\_\_ ce \_\_\_\_\_ e jour de \_\_\_\_\_ 2018.  
*Ville* *Jour*