

FÉDÉRATION D'HALTÉROPHILIE DU QUÉBEC

4545, avenue Pierre-de-Coubertin Montréal QC H1V 0B2

Téléphone : (514) 252-3046 Courriel : admin@fedhaltero.qc.ca Site Internet : www.fedhaltero.qc.ca

MÉMO AUX ENTRAÎNEURS – I

(Disponible sur le site internet de la Fédération – 27 septembre 2017)

En préparation pour cette compétition provinciale, voici les informations habituelles et spécifiques.

Le nombre maximal de participants est fixé à 50. Il ne peut pas y avoir de session de compétition le vendredi soir compte tenu de la disponibilité des locaux et du temps de montage.

Les athlètes représenteront leurs clubs.

Le championnat Master du Québec se tiendra dans les mêmes installations (même équipement, même officiels) que la compétition championnat de Sherbrooke qui se déroulera en avant-midi.

CHAMPIONNAT MASTER DU QUÉBEC	
DATE	Samedi, le 17 février 2018
LIEU	École internationale du Phare - gymnases 405, rue Sara, Sherbrooke J1H 5S6
COORDONNATEUR	M. Gilles Poirier et M. Jocelyn Normand
PARTICIPANTS / LICENCE	1) Athlètes ayant participé à une compétition sanctionnée au Québec de niveau intraclub ou supérieure (voir p. 21 # 2.1 définition des termes) à partir du 1 ^{er} juillet 2017 et au plus tard la veille de la date limite d'inscription soit le 5 février 2018. 2) Licence <u>PERFORMANCE</u>
TENUE VESTIMENTAIRE DES CONCURRENTS	Tous les concurrents devront porter un maillot de compétition réglementaire «lifting suit». Le port du t-shirt et du short <u>ne seront pas acceptés</u> pour les compétitions qui requièrent une licence Performance.
DATE LIMITE D'INSCRIPTION	Lundi, le 5 février 2018 Pour toute inscription reçue après 8 heures mardi matin le 6 février, des frais d'administration de 17.25 \$ (15 \$ plus taxes) par athlète seront chargés.
FERMETURE DES INSCRIPTIONS	Aucune inscription ne sera acceptée après 09h00 le jeudi 8 février.
FRAIS D'INSCRIPTION	50 \$ (43.49 \$ + taxes) par athlète <i>Les frais d'inscription de tous les athlètes inscrits par le club à cette compétition devront être payés à la Fédération.</i> La facture vous sera transmise par courriel le lundi précédent la compétition. Elle sera à payer par chèque au plus tard le jour de la

	compétition.
FORMULAIRE D'INSCRIPTION	Voir la section formulaire
FINANCEMENT	<u>Aucune aide financière</u> ne sera accordée au déplacement ou à l'hébergement aux athlètes participants. Ils assumeront 100 % des coûts.

COMPÉTITION SUJETTE À DES CONTRÔLES ANTIDOPAGE DONC TOUS LES ATHLÈTES INSCRITS À LA COMPÉTITION PEUVENT ÊTRE TESTÉS.

Ces contrôles sont administrés par le CENTRE CANADIEN POUR L'ÉTHIQUE DANS LE SPORT – CCES.

Téléphone : (613) 521-3340 Sans frais : 1-800-672-7775 Courriel : info@cces.ca

Il est important que les athlètes et entraîneurs se familiarisent avec la procédure et les règles applicables.

- Visiter le site <http://cces.ca/fr/zoneathlete> où vous retrouverez de l'information et des ressources utiles;

- Connaître leurs droits et responsabilités, comme athlètes, relatifs au contrôle antidopage;

- [Connaître les procédures de prélèvement d'échantillons](#);

- Vérifier, avant d'en faire usage, le contenu de tous les médicaments et produits pour s'assurer qu'ils ne renferment pas de substances interdites;

Autorisation d'usage à des fins thérapeutiques : tue-aut@cces.ca

- S'abstenir de prendre des suppléments (mais s'ils choisissent de le faire, d'apprendre comment minimiser le risque que cela comporte).

Si vous prenez des suppléments, des médicaments (ritalin, concerta ou autres produits de ce type, anti-inflammatoires, etc.), vérifiez qu'ils sont permis par le CCES. Sinon vérifiez les exigences connexes à l'obtention d'une autorisation médicale.

Infos sur les substances : substances@cces.ca

- Si vous avez un TAU – autorisation thérapeutique donné par le CCES, apportez le document avec vous.

L'ATHLÈTE EST RESPONSABLE DE CE QU'IL CONSOMME.

HOMMES / Catégories							
56 kg	62 kg	69 kg	77 kg	85 kg	94 kg	105 kg	+105 kg

FEMMES / Catégories / Standards							
48 kg	53 kg	58 kg	63 kg	69 kg	75 kg	90 kg	+90 kg

Récompenses : la F.H.Q. remettra des médailles par groupe d'âge Master en vigueur au Canada pour cette compétition.

Hommes : M30-34 M35-39 M40-44 M45-49 M50-54 M55-59 M60-64 M65-69 M70-74
M75-79 M80+

Femmes : W30-34 W35-39 W40-44 W45-49 W50-54 W55-59 W60-64 W65-69 W70+

AFFILIATIONS : Ces personnes sont affiliées avec une licence Développement. Elles devront s'affilier avec une licence Performance pour compétitionner.

Nom club	Nom athlète
Vérification à venir.	

HORAIRE PRÉLIMINAIRE (À venir)			
PESÉE	COMPÉTITION	CATÉGORIES	ATHL.
			Nombre d'athlètes
FIN DE LA COMPÉTITION :			

Nbr	ENTRAÎNEURS INSCRITS (À venir)						
Rég.	RÉG.	CLUB		NOM	PRÉNOM	AFF.	E-MAIL

Merci de votre attention et bonne préparation pour cette première compétition de la saison.

Le mémo est envoyé par courriel uniquement et disponible sur le site Internet de la Fédération.

Sauf les responsables de club ayant payé les frais pour l'envoi postal.

COMPETIT\Saison_2017-2018\Ch_Master_Qc_2018\ChMasterQc_2018_Memo_Entr_1.docx