

## FÉDÉRATION D'HALTÉROPHILIE DU QUÉBEC

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

Téléphone : (514) 252-3046 Courriel : [admin@fedhaltero.qc.ca](mailto:admin@fedhaltero.qc.ca) Site: [www.fedhaltero.qc.ca](http://www.fedhaltero.qc.ca)

### BULLETIN LE RÉGIONAL

DESTINATAIRES : Membres de la fédération,  
Présidents des régions et entraîneurs des clubs  
EXPÉDITEUR : Augustin Brassard, directeur  
OBJET : Rapport d'activités & informations  
DATE : Le 7 mars 2018

### SOMMAIRE

- **Jeux du Québec régionaux – Hiver 2018 – classement cumulatif**
- **Championnat master du Québec – 17 février 2018**
- **Championnat juvénile du Québec – 24 février 2018**
- **Tournoi collégial & universitaire du Québec – 11 mars 2018**
- **Classique haltérophile québécoise – 24 mars 2018**
- **Stage de formation entraîneurs & officiels – 7-8 avril – 21-22 avril**
- **Championnat Scolaire Provincial Invitation – 14 avril 2018**
- **Tournoi provincial des jeunes Louis-Cyr – 5 mai 2018**
- **Championnats canadiens senior – 19-20 mai 2018**
- **Compétition Ontario – Québec – 9 juin 2018**

---

Bonjour,

#### 1. CHAMPIONNATS CANADIENS JUNIOR (CCJR-2018) – 20 janvier - Halifax

Vous retrouvez les [résultats](#) sur le site de la fédération – section calendrier.

Suite aux résultats des membres des équipes du Québec – A, ils ont remporté les premières places aux classements par équipe masculin et féminin. Félicitations.

Suite à la sélection des athlètes, des journées d'entraînement ont été organisée : le 28 décembre à La Prairie, le 30 décembre à Saint-Hyacinthe et le 6 janvier à Dorval. Ces journées ont été valables et permis aux athlètes de maintenir la forme depuis le championnat junior du Québec-2017.

Équipe A : Entraîneurs : MM Yvan Darsigny, Mario Vachon

Gérant : M. Pierpol Bouffard

Équipe B : Entraîneur : M. Jocelyn Bilodeau

Gérante : Mlle Lisa Yum.

Merci aux athlètes, entraîneurs, gérants des équipes et entraîneurs des clubs impliqués dans le projet.

Les objectifs étaient de :

- 1) remporter les Championnats Canadiens Junior 2018.

2) préparer des athlètes et entraîneurs pour les Championnats du Monde Junior 2018.

Il s'agissait de la première compétition de qualification pour les Championnats du Monde Junior 2018.

Cela permettait également aux athlètes de se qualifier pour l'équipe canadienne (période juillet – décembre 2018) et pour les Championnats Canadiens Senior – 2018.

Les objectifs visés ont été atteints.

Cette compétition nationale sera organisée à Brossard le 19 janvier 2019. Nous espérons que les athlètes intéressés à participer à cette compétition s'entraîneront en conséquence.

## **2. CLASSEMENT FINAL – ÉLITE-RELÈVE - 2018**

Nous avons diffusé le classement préliminaire – 1 (26 octobre), ensuite avec les performances du championnat senior du Québec du 3-4 novembre, le 6 novembre, nous avons diffusé le classement préliminaire – 2. Suite aux (El) championnats du monde senior -2017 et le (REL) championnat junior du Québec- 2017, le classement préliminaire – 3 a été diffusé le 6 décembre.

Sport Canada ayant confirmé les brevets pour 2018, nous sommes en mesure de publier le classement final pour 2018. S'il y avait des erreurs, SVP nous en informer le 12 mars 2018, 09h00. Par la suite, cela deviendra la liste Élite-relève - 2018.

Les informations se retrouvent sur la [page d'accueil du site](#) de la fédération, en bas à gauche de votre écran. Il y a des candidats qui doivent nous fournir leur numéro d'assurance sociale.

Document [Critères d'identification des athlètes](#) de niveau « Excellence, élite, relève et espoir »

## **3. STAGES DE FORMATION**

### **A) D'OFFICIELS – NIVEAU PROVINCIAL – 9 décembre 2017 – La Prairie**

Un stage d'officiels a été organisé le samedi 9 décembre à l'école secondaire La Magdeleine ([1100, boul. Taschereau, La Prairie J5R 1W8](#)). Voici la liste des stagiaires qui ont réussi l'examen écrit : Pierre-Olivier Laplante, Gabriel Lemay-Cloutier, Vincent Monneret, William Poirier, Apolline Tissier, Michaël Medeiros- Charbonneau, Samuel Nadeau, William Rinfret, David Di Bartolo, Enzo-Gabriel Diaz, Jocelyn Dubuc, Samuel Guertin, Zachary Lavoie, Jessy Martin-Miron, Camille Mayville, Simon Préfontaine, Thomas-David Raymond-Li, Jean-Frédéric Rose, Audrey Roy-Dallaire, Jacob Simon-Cousineau, Simon Vaillancourt, Julien Goyette-Demers, Jean-François Matte, Cyril Saley, Marie-Claude L'Écuyer et Anthony Sauriol.

Ces membres proviennent des clubs Atlas, Sherbrooke, Les Géants, Montréal, Gros-Bill, La Prairie, Fortius, Brossard, halt. UPT, Montréal et les Husky, St-Michel-des-Saints.

Les formateurs étaient M. Gaétan Hinse et M. Émery Chevrier, membres du comité des officiels de la fédération.

### **B) D'OFFICIELS – NIVEAU PROVINCIAL - 28 janvier 2018 - Centre sportif Claude-Robillard Montréal**

Un stage d'officiels niveau provincial a été organisé le dimanche 28 janvier au local d'entraînement du club d'haltérophilie de Montréal au Centre Claude-Robillard de Montréal ([1000 rue Émile Journault, Montréal H2M 2E7](#)).

Voici la liste des stagiaires qui ont réussi l'examen écrit : Ernesto Lobiana Roddriguez, Temuera Betham, Gabrielle Schmidt, Vanessa Luciani, Dahomey Charland-Rivard, Brianna Peters, Karim Bacha, Sophia Kyriakakis, Maia Lussier-Coté, Anais Michaud, Angélique Beaudet, Sophie Lepage-Roy, Marc-André Diamond, Amélie Ardilouze, Corey Pham et Jessy Vaillancourt.

Le formateur a été M. Gaétan Hinse, membre du comité des officiels de la fédération.

### **C) D'ENTRAÎNEURS – VOLET TECHNIQUE – INTRODUCTION A LA COMPÉTITION – A –**

Un stage de formation d'entraîneur Introduction à la compétition – A a été donné les 10 et 11 février 2018 à l'école secondaire La Magdeleine de La Prairie. Voici la liste des stagiaires : Renée Bertrand, Roxanne Bilodeau, Joël Blanchfield, Éric Boisvert, Patrick Cobello, Cindy David-Desrosiers, Maxime Desjourdy, Fany Ducas, Marie-Hélène Fillion, Sophie Lepage-Roy, Samuel Mathieu, Joanie Ouellet, Vincent Pietracupa et Jasmine Lambert.  
Le formateur a été M. Jocelyn Bilodeau.

#### **4. JEUX DU QUÉBEC RÉGIONAUX – HIVER 2018 – CLASSEMENT CUMULATIF**

Le [classement cumulatif](#) est disponible sur le site de la fédération – section calendrier.  
Merci aux responsables des clubs et entraîneurs qui ont encouragé leurs membres à participer.

#### **5. CWFHC MÉMO – 1<sup>ER</sup> février 2018 - COMPÉTITIONS INTERNATIONALES**

Le mémo de la CWFHC annonçant les compétitions internationales de 2018 a été diffusé le 1<sup>er</sup> février 2018. Une mise à jour a été faite le 27 février dernier.  
Ce mémo est disponible sur le [site de la CWFHC](#) – section équipe nationale.

#### **6. CHAMPIONNAT MASTER DU QUÉBEC – 17 FÉVRIER - SHERBROOKE**

Le nombre maximal de participants avait été fixé à 50. Nous avons reçu 31 inscriptions et il y a eu 27 participants.

Le championnat Master du Québec a été organisé dans les mêmes installations (même équipement, même officiels) que la compétition championnat de Sherbrooke qui s'est déroulé en avant-midi.

Nous remercions MM. Gilles Poirier et Jocelyn Normand, coordonnateurs de la compétition, ainsi que les bénévoles du club Atlas qui se sont bien acquittés de leur tâches.

Vous retrouvez les [résultats sur le site de la fédération](#) – section calendrier.

#### **7. CHAMPIONNAT JUVÉNILE DU QUÉBEC – 24 FÉVRIER 2018 – L'ANCIENNE-LORETTE**

Objectif : Aux années paires, offrir une compétition en remplacement des Finales des Jeux du Québec à un groupe-cible d'athlètes. Athlète majoritairement éligible pour les Finales des Jeux du Québec de l'année suivante.

Basé sur l'expérience du championnat de février 2016, la réglementation de sélection a été modifiée en tenant compte du nombre de clubs qui a augmenté depuis 2 ans et donc le nombre de participants potentiels. Il y a eu 63 participants sur une capacité fixée à 75.

Nous remercions les bénévoles du club Les Athlétiques : Alexandre Berger, Alexandre Goeffroy, Alexanne Isabelle, Brunot Beaulieu, Johany Charlebois, Caroline De Pokomandy, Marie-Ève Dubé, Catherine Ferraris, Chantal Gendron, Charles Gravel, Étienne Gravel, Gabriel Bouchard-Vincent, Gabrielle De Pokomandy, Jacques Gravel, Jason Perron, Jérôme Samson, Marie-Ève Dubé, Ophélie Tremblay-Grenier, Sabrina Guimond, Simon Louis-Seize, Viviane Asselin, Yovan Fillion et le coordonnateur de la compétition M. Noel Decloitre qui se sont bien acquittés de leurs tâches.

Vous retrouvez les [résultats sur le site de la fédération](#) – section calendrier.

## À VENIR

### 8. TOURNOI COLLÉGIAL & UNIVERSITAIRE DU QUÉBEC - 11 MARS 2018 - MONTREAL

1) Les athlètes représenteront leurs clubs.

2) Cette compétition sera organisée dans les mêmes installations que la Classique Mario Parente qui se tient le samedi 10 mars.

Du 8 au 11 mars se tient la compétition [International Gymnix](#) au Centre Claude-Robillard (donc stationnement plus difficile, par exemple).

3) Modification du processus d'inscription : pour une première fois, l'athlète s'inscrivait en ligne en utilisant le lien disponible sur le site de la fédération – section calendrier ou encore par la [page Facebook](#) du club d'haltérophilie de Montréal.

Nous avons reçu 47 inscriptions pour ce tournoi. Il y a 96 inscriptions pour la Classique Mario Parente.

<b>DATE</b>	Dimanche le 11 mars 2018
<b>LIEU</b>	Centre sportif Claude-Robillard – 2 <sup>e</sup> sous-sol, salle de tir à l'arc, près du local d'entraînement du club d'halt. De Montréal <a href="#">1000, rue Émile-Journault, Montréal QC H2M 2E7</a>
<b>COORDONNATEUR</b>	M. Mark Nehme, club d'halt. De Montréal
<b>PARTICIPANTS / LICENCE</b>	1) Athlètes âgé de 17 ans et plus (2001 – 2000 – 1999 - ...)  2) <u>Athlètes masculins et féminins ayant réussi les standards de participation dans la catégorie où il / elle s'inscrit, à partir du 1<sup>er</sup> juillet 2017 et au plus tard la veille de la date limite d'inscription 26 février 2018.</u>  3) Licence <u>DÉVELOPPEMENT</u>
<b>ÉLIGIBILITÉ</b>	1) Athlète-étudiant à temps plein dans un collège (Cégep) ou une université au Québec à la session Hiver 2018. Les étudiants à temps plein qui poursuivent un diplôme d'étude Professionnel - DEP sont également éligibles. Lors de son inscription en ligne, le candidat fera parvenir au bureau de la fédération (mailto : <a href="mailto:admin@fedhalter.qc.ca">admin@fedhalter.qc.ca</a> ) l'horaire de sa session H-2018 à titre de preuve de scolarité au plus tard la journée de son inscription. Cette preuve de scolarité permet de valider l'inscription. Sans horaire, l'inscription est non-valide. Un étudiant doit être inscrit à «temps plein régulier» ou « fin de DEC» au niveau collégial selon les normes du ministère de l'Éducation. A l'Université, «temps plein» représente 12 crédits. Les athlètes inscrits ont respecté cette exigence d'éligibilité. Nous les remercions de leur coopération.
<b>EXCLUSION</b>	- Les athlètes qui auront participé aux championnats canadiens senior – 2017 ou à des compétitions internationales en 2017 seront exclus de ce tournoi.
<b>FRAIS D'INSCRIPTION</b>	40 \$ (34.79 \$ + taxes) par athlète

	<i>Le participant paiera ses frais d'inscription en ligne. Dans le cas où le club paie l'inscription de ses membres, le chèque fait à l'ordre du club d'haltérophilie de Montréal devra être remis sur place avant la pesée.</i>
<b>TENUE VESTIMENTAIRE DES CONCURRENTS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Il est recommandé que les athlètes portent le costume de compétition OU un short (modèle <b>cuissard</b>) et gilet (avec manches, modèle t-shirt).</li> <li>- Nous vous demandons de vous assurer du respect des règles que nous avons pour le gilet (à l'effigie de la compétition, de votre club, de couleur unie, etc...).</li> <li>- Pas d'athlète avec des pantalons troués, trop long ou des gilets manches trop longues ou modèle camisole sans manche ou encore avec des signes non-sportifs (groupe rock et autres qui n'ont pas leur place).</li> </ul>
<b>FINANCEMENT</b>	<u>Aucune aide financière</u> ne sera accordée au déplacement ou à l'hébergement aux athlètes participants. Ils assumeront 100 % des coûts.

⇒ Compétition par catégorie, sans classement d'équipe.

### COMPÉTITION AVEC STANDARDS

Chaque athlète doit avoir réussi les standards suivants dans la catégorie où il / elle s'inscrit à partir du 1<sup>er</sup> juillet 2017 précédent et, au plus tard la veille avant la date limite des inscriptions, soit le 26 février.

<b>HOMMES (8 catégories)</b>				<i>Standards du champ. junior du Québec</i>			
56 kg	62 kg	69 kg	77 kg	85 kg	94 kg	105 kg	+105 kg
135 kg	150 kg	169 kg	182 kg	190 kg	197 kg	202 kg	209 kg

<b>FEMMES (7 catégories)</b>				<i>Standards du champ. junior du Québec</i>			
48 kg	53 kg	58 kg	63 kg	69 kg	75 kg	+ 75 kg	
95 kg	102 kg	110 kg	117 kg	122 kg	129 kg	137 kg	

<b>RÉCOMPENSES MÉDAILLES</b>
<b>Garçons</b> : Les trois meilleurs au Total olympique par catégorie
<b>Filles</b> : Les trois meilleures au Total olympique par catégorie

HORAIRE					
SESSION	PESEE	COMPÉTITION		CATÉGORIES	ATHL.
1	8h00 – 9h00	10h00	HOMMES	69 + 77 kg (8 + 9)	17
2	10h00 – 11h00	12h00	FEMMES	Toutes les catégories	16
3	12h00 – 13h00	14h00	HOMMES	85 - 94 - 105 - +105 kg (4 + 8 + 2 + 1)	15
					48
Fin de la compétition : 15h30					

Avec 9 athlètes et plus dans un groupe, il n'y aura pas de pause entre l'arraché et l'épaulé-jeté	
Première session :	09h45 - présentation des athlètes 10h00 - début de la compétition
Pour les groupes suivants, il y aura :	- présentation des athlètes - 10 minutes d'échauffement - début de la compétition
NOTE : La compétition peut commencer à l'heure prévue ou en retard.	

Sur le [site de la fédération](#), vous retrouvez la répartition des athlètes par session.

## 9. CLASSIQUE HALTÉROPHILE QUÉBÉCOISE – 24 MARS 2018 - SHERBROOKE

Information [disponible sur le site](#) de la fédération.

- Cette compétition est valide pour l'équipe canadienne (période juillet-décembre 2018).

- Cette compétition permet aux athlètes de se qualifier pour les Championnats Canadiens Senior – CCSR-2018.

- dernière compétition de qualification pour les championnats du monde junior – JRW-2018.

- compétition de qualification pour les championnats panaméricains –PAN-2018.

Le nombre de participants anticipé est au maximum de 75. Dans le cas où cela dépasse 75, des mesures spéciales devront être mises en place. 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.

<b>DATE</b>	Samedi, le 24 mars 2018
<b>LIEU</b>	École internationale du Phare - gymnases <a href="#">405, rue Sara, Sherbrooke J1H 5S6</a> Même site qu'en mars 2017.
<b>COORDONNATEURS</b>	M. Gilles Poirier et M. Jocelyn Normand
<b>PARTICIPANTS / LICENCE</b>	1) Athlètes ayant réussi les standards de participation dans la catégorie où il / elle s'inscrit, à partir du 1 <sup>er</sup> juillet 2017 et au plus tard la veille de la date limite d'inscription soit le 12 mars 2018.  2) Licence <u>PERFORMANCE</u>
<b>TENUE VESTIMENTAIRE DES CONCURRENTS</b>	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.
<b>DATE LIMITE D'INSCRIPTION</b>	Lundi, le 12 mars 2017, 09h00
<b>FRAIS D'INSCRIPTION</b>	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.

<b>FORMULAIRE D'INSCRIPTION</b>	Remis aux responsables des clubs
<b>HÉBERGEMENT</b>	<p><a href="#">Hotel Grand Times</a> (2 km) Tél.: 819-575-2222 1, Belvédère Sud, Sherbrooke QC J1H 0G8</p> <p><a href="#">Motel Le Floral</a> (8 km) Tél.: (819) 564-6812 1920, 12e avenue Nord, Sherbrooke QC J1E 4J6</p>
<b>SUGGÉRÉ</b>	<p><a href="#">Hotel Delta</a> (8 km) Tél. : 819-822-1989 2685 rue King Ouest, Sherbrooke QC J1L 1C1</p> <p><a href="#">Hotel Le Président</a> (9 km) Tél. : 819 563-2941 3535, rue King Ouest Sherbrooke QC J1L 1P8</p>
<b>CASSE-CROUTE</b>	Opéré par les bénévoles du club Atlas. Merci de les encourager.
<b>FINANCEMENT</b>	<p><u>Aucune aide financière</u> ne sera accordée au déplacement ou à l'hébergement aux athlètes participants. Ils assumeront 100 % des coûts.</p> <p>La FHQ assurera les frais pour les officiels assignés et l'organisation de la compétition avec le Comité Organisateur.</p>

**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](mailto: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](mailto: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](mailto: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.**

☞ Compétition par catégorie, sans classement d'équipes.

## STANDARD DE PARTICIPATION

Athlètes ayant réussi les standards de participation dans la catégorie où il / elle s'inscrit, à partir du 1<sup>er</sup> juillet 2017 et au plus tard la veille de la date limite d'inscription soit le 12 mars. Ils doivent avoir été réussis lors d'une compétition sanctionnée (\*) régional ou de niveau supérieure (voir p. 16 # 2.1 définition des termes).

HOMMES / Catégories / Standards							
56 kg	62 kg	69 kg	77 kg	85 kg	94 kg	105 kg	+105 kg
179 kg	195 kg	219 kg	238 kg	251 kg	261 kg	270 kg	284 kg

FEMMES / Catégories / Standards							
48 kg	53 kg	58 kg	63 kg	69 kg	75 kg	90 kg	+90 kg
121 kg	130 kg	142 kg	150 kg	156 kg	166 kg	172 kg	179 kg

Récompenses : la F.H.Q. ne remettra pas de médailles pour cette compétition.

## 10. STAGES DE FORMATION

### A) D'ENTRAÎNEURS – VOLET TECHNIQUE – INTRODUCTION A LA COMPÉTITION – A –

Voici les prochains stages offerts :

- 7-8 avril 2018 – Trois-Rivières (Minimum de 9 pers. - maximum de 15 pers.)

Vous trouverez la [fiche d'information et le formulaire d'inscription](#) sur le site de la fédération.

- 21-22 avril 2018 – club Waverley, Montréal (Minimum de 9 pers. - maximum de 12 pers.). Vous trouverez [la fiche d'information et le formulaire d'inscription](#) sur le site de la fédération.

## 11. 43<sup>e</sup> CHAMPIONNAT SCOLAIRE PROVINCIAL INVITATION – 14 AVRIL 2018 - BROSSARD

Information [disponible sur le site](#) de la fédération.

Compétition sanctionnée conjointement par le Réseau du Sport Étudiant du Québec (RSEQ) et la Fédération d'haltérophilie du Québec (FHQ). Afin de respecter les politiques du RSEQ, **les formulaires d'inscription devront être envoyés à la FHQ et aux directeurs des Instances Régionales du RSEQ** (liste dans le PRT 2017-2018). Ceci permettra aux directeurs des Instances Régionales du RSEQ de valider l'éligibilité des inscriptions.

- 1) Une école peut inscrire un maximum de douze (12) athlètes au total (hommes et/ou femmes) et, deux (2) substituts. Les substituts ne participent pas à la compétition.
- 2) Sans restriction du nombre d'athlètes par catégorie.
- 3) Classements séparés hommes et femmes.
- 4) Compétition par catégorie, avec classement d'équipes.

DATE	Samedi, le 14 avril 2018
LIEU	École secondaire Antoine-Brossard - gymnases <a href="#">3055, boulevard de Rome, Brossard J4Y 1S9</a> Même site qu'en avril 2017.



<b>COORDONNATEUR</b>	M. Guy Hamilton
<b>PARTICIPANTS / LICENCE</b> *affiliation à la FHQ obligatoire	<p>1) Tous les athlètes sont inscrits à temps plein obligatoirement dans une école secondaire du Québec tel que défini par le RSEQ. Pour plus de précisions, voir les Règlements Secteur scolaire 2017-2018 du RSEQ Article 5.4 page 13-14 disponibles sur le site du RSEQ - section <a href="#">Championnats provinciaux</a> .</p> <p>2) L'athlète devra avoir participé à une compétition préliminaire sanctionnée (PCP) depuis le 1<sup>er</sup> juillet 2017.</p> <p>3) Licence <u>DÉVELOPPEMENT</u></p>
<b>TENUE VESTIMENTAIRE</b> <b>DES CONCURRENTS</b>	<p>- Il est recommandé que les athlètes portent le costume de compétition ou un short (modèle <b>cuissard</b>) et gilet (avec manches, modèle t-shirt).</p> <p>- Nous vous demandons de vous assurer le respect des règles que nous avons pour le gilet (à l'effigie de la compétition, de votre club, de couleur unie, etc...).</p> <p>- Pas d'athlète avec des pantalons troués, trop long ou des gilets manches trop longues ou modèle « camisole sans manche » ou encore avec des signes non-sportifs (groupe rock et autres qui n'ont pas leur place).</p>
<b>DATE LIMITE D'INSCRIPTION</b>	Mardi, le 3 avril 2018 (lundi de Pâques) <b>Pour toute inscription reçue après 8 heures mercredi matin le 4 avril, des frais d'administration de 17.25 \$ (15 \$ plus taxes) par athlète seront chargés.</b>
<b>FERMETURE DES INSCRIPTIONS</b>	Aucune inscription ne sera acceptée après 09h00 le vendredi 6 avril.
<b>FRAIS D'INSCRIPTION</b>	40 \$ (34.79 \$ + 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.
<b>FORMULAIRE D'INSCRIPTION</b>	Remis aux entraîneurs
<b>HÉBERGEMENT</b> <b>SUGGÉRÉ</b>	<p>Comfort Inn – Brossard 7863, boulevard Taschereau, Brossard QC J4Y 1A4 Téléphone : 450-678-9350                      Sans frais : 1-877-266-3324 E-mail : <a href="mailto:cn328@whg.ca">cn328@whg.ca</a> Site : <a href="http://www.brossardcomfortinn.com">www.brossardcomfortinn.com</a> Tarif pour 1 à 4 adultes : \$124 plus taxes (2<sup>e</sup> étage) ou \$134 plus taxes (rez-de-chaussée). Réservation avec une carte de crédit. <i>Bloc de chambre réservé jusqu'au 31 mars 2018.</i> <b><u>Important : demandez le tarif avec le code : WHALT</u></b></p>
<b>FINANCEMENT</b>	<u>Aucune aide financière</u> ne sera accordée au déplacement ou à l'hébergement aux athlètes participants. Ils assumeront 100 % des coûts.

	La FHQ assurera les frais pour les officiels assignés et l'organisation de la compétition avec le Comité Organisateur.
<b>PESÉE</b>	Compte tenu de l'âge des participants, il leur sera permis de se peser avec leur maillot de compétition.

## RÈGLEMENTS

Selon les règlements du RSEQ en vigueur, le participant doit être né entre le 1<sup>er</sup> juillet 1999 et le 30 septembre 2005 pour être admissible.

## CATÉGORIES

<b>HOMMES (8 catégories)</b>							
51 kg	56 kg	62 kg	69 kg	77 kg	85 kg	94 kg	+ 94 kg
SEUIL D'ÉLIGIBILITÉ							
65 kg	72 kg	80 kg	90 kg	97 kg	105 kg	115 kg	125 kg
<b>FEMMES (7 catégories)</b>							
48 kg	53 kg	58 kg	63 kg	69 kg	75 kg	+ 75 kg	
SEUIL D'ÉLIGIBILITÉ							
60 kg	65 kg	71 kg	78 kg	85 kg	90 kg	100 kg	

NOTE :

- 1) La charge minimale sera de 20 kg (la barre de 15 kg & 2 disques de 2,5 kg).
- 2) SEUIL D'ÉLIGIBILITÉ est établi au poids de la catégorie de l'athlète + 20%.

<b>RÉCOMPENSES</b>		
<b>MÉDAILLES</b>	<b>TROPHÉES</b>	<b>CLASSEMENT DES ÉQUIPES DES ÉCOLES</b>
<b>Garçons</b> : Les trois meilleurs au Total olympique par catégorie	L'athlète masculin ayant obtenu le meilleur total Sinclair se verra remettre un trophée.	On additionne les points des 6 garçons <b>désignés</b> par l'école.
<b>Filles</b> : Les trois meilleures au Total olympique par catégorie	L'athlète féminine ayant obtenu le meilleur total Sinclair se verra remettre un trophée.	On additionne les points des 4 filles <b>désignées</b> par l'école.
		Pour les classements masculins et féminins, des points sont accordés au total des deux mouvements 1 <sup>er</sup> 28 points ; 2 <sup>e</sup> 25 points ; 3 <sup>e</sup> 23 points ; 4 <sup>e</sup> 22 points ; 5 <sup>e</sup> 21 points ; Etc. (diminution d'un point par position)

		Les équipes masculines et féminines ayant amassé le plus grand nombre de points reçoivent une récompense présentée par le Réseau du Sport Étudiant du Québec (RSEQ).
--	--	--

Nous espérons qu'il y aura une participation importante pour cette 43<sup>e</sup> édition car le RSEQ nous a avisé qu'il mettait **fin à la collaboration avec la FHQ** après l'édition de 2018. Nous avons demandé une rencontre afin de pouvoir expliquer notre dossier, nous faire expliquer ce que nous avons fait de mal après 42 ans d'entente et car cette entente avec la RSEQ est bien utile pour notre sport ! A suivre.

## 12. TOURNOI PROVINCIAL DES JEUNES LOUIS CYR – 5 MAI - LACHUTE

Information [disponible sur le site](#) de la fédération.

### 1) DES ÉQUIPES DE CLUBS

- 2) Un maximum de douze (12) inscription par club comprenant section Mini + JLCyr (hommes et/ou femmes) et, deux (2) substituts est accepté. Les substituts ne participent pas à la compétition.
- 3) Sans restriction du nombre d'athlètes par catégorie.
- 4) Classements séparés hommes et femmes.
- 5) Compétition par catégorie, avec classement d'équipe.

DATE	Samedi, le 5 mai 2018
LIEU	- Laurentian Regional High School - gymnases <a href="#">448, avenue Argenteuil Lachute QC J8H 1W9</a> Même site qu'en mai 2017.
COORDONNATEUR	M. Guy Marineau
ORGANISATEURS	Club du Nord
PARTICIPANTS / LICENCE	1) Section Jeune Louis Cyr : athlètes masculins et féminins nés en 2002, 2003 et 2004. 2) L'athlète devra avoir participé à une compétition préliminaire sanctionnée (PCP) depuis le 1 <sup>er</sup> juillet 2017. 3) Licence <u>DÉVELOPPEMENT</u>
TENUE VESTIMENTAIRE DES CONCURRENTS	- Il est recommandé que les athlètes portent le costume de compétition ou un short (modèle <b>cuissard</b> ) et gilet (avec manches, modèle t-shirt).  - Nous vous demandons de vous assurer le respect des règles que nous avons pour le gilet (à l'effigie de la compétition, de votre club, de couleur unie, etc...).

	- Pas d'athlète avec des pantalons troués, trop long, short trop court, ou des gilets manches trop longues ou modèle « camisole sans manche » ou encore avec des signes non-sportifs (groupe rock et autres qui n'ont pas leur place).
DATE LIMITE D'INSCRIPTION	Lundi, le 23 avril 2018 <b>Pour toute inscription reçue après 8 heures mardi matin le 24 avril, des frais d'administration de 17.25 \$ (15 \$ plus taxes) par athlète seront chargés.</b>
FRAIS D'INSCRIPTION	40 \$ (34.79 \$ + 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	Transmis aux entraîneurs
HÉBERGEMENT SUGGÉRÉ	Hôtel La Lorraine 450, chemin Béthany, Lachute QC J8H 4H4 Tel. : 450-562-5256 Fax : 450-562-1444 Courriel : <a href="mailto:info@lalorraine.ca">info@lalorraine.ca</a> Site Internet : <a href="http://www.lalorraine.ca/">http://www.lalorraine.ca/</a>
CASSE-CROÛTE (comme en mai 2017)	- Il y aura un comptoir «Subway mobile» ( <a href="#">voir photo</a> ). Ce comptoir sera placé à l'entrée du bloc sportif, à l'arrière de l'école. <b>- MODE DE PAIEMENT : ARGENT COMPTANT SEULEMENT.</b>  Ce service n'est pas opérer par le comité organisateur.
FINANCEMENT	Aucune aide financière ne sera accordée au déplacement ou à l'hébergement aux athlètes participants. Ils assumeront 100 % des coûts.
	La FHQ assurera les frais pour les officiels assignés et l'organisation de la compétition avec le Comité Organisateur.
HORAIRE & REGROUPEMENT DE CATÉGORIES	<b>Compte tenu du nombre de participants en 2005 et des variations du calibre des participants par catégorie, des groupes « B » pourront être formés basé sur le Total de qualification annoncé.</b>
PESÉE	Compte tenu de l'âge des participants, il leur sera permis de se peser avec leur maillot de compétition.

#### SECTION MINI LOUIS-CYR - CATÉGORIES

HOMMES (8 catégories)							
46 kg	51 kg	56 kg	62 kg	69 kg	77 kg	85 kg	+ 85 kg
SEUIL D'ÉLIGIBILITÉ							
46 kg	51 kg	56 kg	62 kg	69 kg	77 kg	85 kg	86 kg
FEMMES (7 catégories)							
44 kg	48 kg	53 kg	58 kg	63 kg	69 kg	+ 69 kg	
SEUIL D'ÉLIGIBILITÉ							

44 kg	48 kg	53 kg	58 kg	63 kg	69 kg	70 kg
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

### SECTION JEUNES LOUIS-CYR - CATÉGORIES

<b>HOMMES (8 catégories)</b>							
46 kg	51 kg	56kg	62 kg	69 kg	77 kg	85 kg	+ 85 kg
<b>SEUIL D'ÉLIGIBILITÉ</b>							
48 kg	54 kg	59 kg	65 kg	72 kg	81 kg	89 kg	91 kg
<b>FEMMES (7 catégories)</b>							
44 kg	48 kg	53 kg	58 kg	63 kg	69 kg	+ 69 kg	
<b>SEUIL D'ÉLIGIBILITÉ</b>							
46 kg	50 kg	56 kg	61 kg	66 kg	72 kg	75 kg	

Note 1) : Section Jeunes Louis Cyr : la charge minimale sera de 20 kg (la barre de 15 kg & 2 disques de 2,5 kg).

Note 2) : \* Section Mini Louis Cyr : la charge minimale sera de 15 kg (la barre de 10 kg & 2 disques de 1,25 kg).

\* En fonction de l'équipement disponible. Cela sera précisé dans le mémo aux entraîneurs.

<b>RÉCOMPENSES</b>		
<b>MÉDAILLES</b>	<b>TROPHÉES</b>	<b>CLASSEMENT DES ÉQUIPES DE CLUBS</b>
<b>Garçons</b> : Les trois meilleurs au Total olympique par catégorie	<b>Garçons</b> : L'athlète masculin ayant obtenu le meilleur total Sinclair se verra remettre un trophée.	On additionne les points des 6 garçons désignés par le club.
<b>Filles</b> : Les trois meilleures au Total olympique par catégorie	<b>Filles</b> : L'athlète féminine ayant obtenu le meilleur total Sinclair se verra remettre un trophée.	On additionne les points des 4 filles désignés par le club.
<b>Section Mini Louis Cyr</b> : 3 médailles pour les filles et 3 médailles pour les garçons de cette section.		Pour les classements masculins et féminins, des points sont accordés au total des deux mouvements 1 <sup>er</sup> 28 points ; 2 <sup>e</sup> 25 points ; 3 <sup>e</sup> 23 points ; 4 <sup>e</sup> 22 points ; 5 <sup>e</sup> 21 points ; Etc. (diminution d'un point par position)

	<b>SECTION MINI LOUIS CYR – REGLEMENTATION SPÉCIFIQUE 2018</b>
--	--

OBJECTIF :	Sensibiliser les athlètes et entraîneurs à l'importance de l'apprentissage de la technique des deux leviers olympiques et la réussite d'un grand nombre de leviers lors du Tournoi Provincial des Jeunes Louis Cyr chez ce groupe d'athlètes.
MOYEN :	– Valorisation additionnelle des bonus pour encourager la réussite du plus grand nombre d'essais.
CLIENTÈLE VISÉ	Les athlètes nés en 2005 et 2006.
SEUIL ÉLIGIBILITÉ	SEUIL D'ÉLIGIBILITÉ est établi au poids de la catégorie de l'athlète (ex. : Cat. 69 kg seuil d'éligibilité total 69 kg).
REGROUPEMENT PAR ÂGE	Toutes les jeunes filles de cet âge compétitionneront en un groupe, sans égard à leur catégorie de poids corporel.
	Tous les jeunes garçons de cet âge compétitionneront en un groupe, sans égard à leur catégorie de poids corporel.
PESÉE	compte tenu de l'âge des participants, il leur sera permis de se peser avec leur maillot de compétition.
CLASSEMENT	
a)	- Le classement sera fait par groupe d'âge (toutes les filles 11-12 ans ensemble / garçons 11-12 ans ensemble sans égard à la catégorie).
b) Pointage Sinclair	- Leur total (kg) sera converti en points Sinclair calculé au poids corporel de l'athlète. - Les points bonus seront ajoutés, au besoin.
c) BONUS	Afin d'encourager la réussite du plus grand nombre d'essais par ces jeunes, lorsqu'un athlète aura réussi : - 4 leviers sur 6 : 5 points Sinclair (près de 5 kg) seront additionnés au total; - 5 leviers sur 6 : 10 points Sinclair (près de 10 kg) seront additionnés au total; - 6 leviers sur 6 : 15 points Sinclair (près de 15 kg) seront additionnés au total.
d) Pointage final	Les points Sinclair du total réussi seront additionnés aux points Sinclair pour le pointage final.
ESSAI RATÉ :	Lorsque l'athlète ratera un lever, il devra le reprendre à la même charge. Ceci pour mettre davantage l'accent sur la réussite du lever et non pas la charge soulevée.
PRÉCISION	Ces jeunes participants ne font PAS partie des membres de l'équipe de leur club.

**13. CHAMPIONNATS CANADIENS SENIOR – 19-20 mai – MISSISSAUGA, ON**  
Information [disponible sur le site](#) de la fédération.

-Compétition avec standards de participation.

- Cette compétition est valide pour l'Élite-Relève (Élite-Relève Hommes et Femmes) dans la période du 1<sup>er</sup> janvier au 31 décembre 2019 et pour l'équipe canadienne (période juillet-décembre 2018).

Selon le nombre d'inscriptions, il pourrait arriver qu'on ajoute des sessions de compétition le vendredi à partir de 16h00.

- Dans la semaine du 5 mars, un envoi sera fait aux 55 athlètes qualifiés et entraîneurs des clubs concernés. Il comprendra les informations plus spécifiques pour les inscriptions et le cours en ligne du CCES à faire. Les entraîneurs peuvent également nous soumettre des noms d'athlètes-candidats qui ont de forte probabilité de se qualifier le 24 mars lors de la CLHAQ-2018. Leur nom sera ajouté à l'envoi. L'envoi de ces informations aide dans la préparation des inscriptions qui est requise dans la semaine du 26 mars 2018 : planification du transport, hébergement, processus d'inscription, etc...

- En préparation pour cette compétition, une séance d'entraînement sera organisée le samedi 28 avril 2018 au club Machine Rouge ([16400 boul. Laflamme, St-Hyacinthe](#)) pour les athlètes qualifiés et qui participeront. En 2017, cette séance avait été très valable. Les athlètes auront à confirmer leur participation par e-mail car la capacité maximale est de 30 athlètes.

<b>DATE</b>	Samedi, le 19 mai et dimanche, le 20 mai 2018
<b>LIEU DE COMPÉTITION</b>	University of Toronto – Campus Mississauga Recreation Athletic - Wellness Center <a href="#">3359 Mississauga Road North</a> Mississauga ON L5L 1C6 Même site qu'en mai 2015.
<b>HÉBERGEMENT SUGGÉRÉ</b>	Les frais d'hébergement et repas seront à la charge des participants.  A) comme en mai 2015, il sera possible de réserver les résidences de l'université par la FHQ, exigence du service des résidences. Informations additionnelles dans l'envoi postal du 9 mars.  B) <a href="#">Holiday Inn Mississauga</a> 2125 N Sheridan Way, Mississauga ON L5K 1A3 Tel.: (905) 855-2000
<b>PARTICIPANTS / LICENCE</b>	Éligibilité : être citoyen canadien OU avoir le statut de résident permanent (RP) du Canada (faire parvenir une photocopie du document (RP) au bureau de la FHQ pour le 10 avril 2018).  1) Athlètes ayant réussi les standards de participation lors de compétitions.  2) <u>Chaque athlète doit avoir réussi les standards suivants lors d'une compétition sujette à des contrôles antidopage dans la catégorie où il / elle s'inscrit entre le 1<sup>er</sup> octobre 2017 et le 25 mars 2018 incl.</u>  3) Entraîneurs : niveau #2 certifié PNCE requis pour être inscrits.  4) Licence <u>PERFORMANCE</u>
<b>TENUE VESTIMENTAIRE</b>	Tous les athlètes québécois 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 à licence Performance.

<b>DATE LIMITE D'INSCRIPTION</b>	Lundi, le 9 avril 2018 <b>Pour toute inscription reçue après 8 heures mardi matin le 10 avril, des frais d'administration de 50 \$ par athlète seront chargés.</b>
<b>FRAIS D'INSCRIPTION</b>	Un frais de 225 \$ / athlète. <i>Selon l'échéancier du comité organisateur, lorsque le paiement des frais d'inscription pour les membres de la délégation du Québec aura été fait au comité organisateur, la fédération <u>ne remboursera pas</u> les membres de la délégation qui se retirent du projet.</i>
<b>TRANSPORT</b>	1) Chaque participant sera responsable de son transport. 2) Pour les régions suivantes (ABT – CHA – EDQ – QUE – SLJ), la FHQ rembourse la distance de votre ville à Montréal (aller-retour). Vous assumez la portion Montréal-Mississauga-Montréal.
<b>BONUS</b>	1) La fédération remboursera 450 \$ aux athlètes identifiés Excellence, élite et relève (Ex-El-Re) (période 2018) seulement s'ils réussissent un total. Après analyse des résultats des années passées, ce total devra être au minimum -5 kg du total de qualification ou supérieur (Ex : Total de qualification 300 kg – total minimum requis : 295 kg) ou encore remporter une médaille.  2) Dans le cas où un athlète (non-Ex-El-Re) remporte une médaille, un montant de 300 \$ lui sera remis.
<b>ENTRAINEURS</b>	Le ratio athlètes entraîneur sera de 5 athlètes par entraîneur désigné. 1) Les dépenses suivantes des <u>entraîneurs désignés</u> seront remboursées (transport, hébergement aux résidences). Le coût de participation pour les entraîneurs désignés sera de 100 \$ (ceci couvre l'inscription au C.O. (100 \$)). Comme d'habitude, les entraîneurs désignés seront assignés afin que chaque athlète ait 2 entraîneurs pour l'encadrer.  2) Les autres entraîneurs ayant leur niveau #2 peuvent encadrer leur athlète en payant leurs dépenses et le frais d'inscription (100 \$).

Les mêmes exigences administratives appliquées pour les CCSR-2018 seront en vigueur :

A) Avant le 9 avril :

- 1) Complétez le coupon-réponse de la FHQ ;
- 2) Vérifiez la catégorie indiquée et le total ;
- 3) Remettre à l'entraîneur avec votre paiement ;
- 4) Complétez et retournez le formulaire de renonciation & responsabilité.



B) Avant le 23 avril :

- 1) Avoir transmis à la CWFHC l'entente CWFHC-athlète concernant le National Athlete Pool (NAP-CCES) ;
- 2) Après le 1<sup>er</sup> février 2018 avoir complété le cours en ligne du CCES (Sport Pur version 2018) et transmettre le certificat au bureau de la Fédération (format .PDF ou .JPG).

**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](mailto: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](mailto: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](mailto: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.**

<b>STANDARDS DE PARTICIPATION – HOMMES Catégories / Standards</b>							
56 kg	62 kg	69 kg	77 kg	85 kg	94 kg	105 kg	+ 105 kg
192 kg	210 kg	235 kg	256 kg	270 kg	281 kg	290 kg	305 kg

<b>STANDARDS DE PARTICIPATION – FEMMES Catégories / Standards</b>							
48 kg	53 kg	58 kg	63 kg	69 kg	75 kg	90 kg	+ 90 kg
130 kg	140 kg	153 kg	161 kg	168 kg	178 kg	185 kg	192 kg

1) Nous rembourserons les frais d'hébergement et de transport pour les officiels et les entraîneurs désignés.

2) Lorsque les athlètes qualifiés auront complété les procédures d'inscription et payé les frais indiqués, les entraîneurs désignés seront sélectionnés. Nous utiliserons le ratio usuel de 5 athlètes inscrits / entraîneur. Les entraîneurs personnels, ayant le niveau de certification requis, pourront encadrer leur athlète.

3) Officiels : Les officiels qui désirent passer leurs examens International #2 et #1 seront priorisés. Les officiels doivent être de niveau national au minimum pour être sélectionnés.

#### **14. COMPÉTITION Ontario – Québec – 9 juin 2018 - Brossard**

Une compétition spéciale sera organisée le 9 juin dans le gymnase de la polyvalente Antoine-Brossard.

- a- Le groupe d'âge visé sera : 18 à 25 ans.
- b- Licence développement requise.
- c- Il s'agira d'équipe QC-A, QC-B comprenant 5 hommes par équipe.  
Il s'agira d'équipe QC-A, QC-B comprenant 5 femmes par équipe. Idem pour l'OWA.
- d- Les athlètes intéressés feront parvenir leur candidature [par e-mail](#) (cat. - total) avant le 24 avril 2018, 09h00 au bureau en plaçant leur entraîneur en CC.  
Tous les concurrents devront porter un maillot de compétition réglementaire «lifting suit».  
Les frais d'inscription seront de 40 \$ / athlète, tarif pour les compétitions Développement.
- e- Les athlètes inscrits aux championnats canadiens seniors – 2018 ne seront pas éligibles à cette compétition spéciale.
- f- Les entraîneurs intéressés à encadrer ces équipes feront parvenir leur candidature par e-mail avant le 1<sup>er</sup> mai 2018 09h00 par e-mail.  
- Les dépenses des participants québécois seront payées avec les budgets élite-relève.  
Cela représente une bonne opportunité de compétition pour les athlètes identifiés de niveau Relève qui ne se qualifieront pas pour les CCSR-2018.
- g- Les entraîneurs seront sélectionnés et avisés avant le 5 mai 2018.  
Ils auront ensuite à sélectionner les athlètes parmi les candidatures reçues.
- h- Format de compétition :  
- total réussi – poids corporel de l'athlète = points équipe  
L'addition des points équipe permettra de faire le classement des équipes QC-A ; QC-B et ON-A et ON-B, hommes et femmes.
- i- Des médailles seront remises aux membres des 3 équipes gagnantes.
- j- L'OWA fournira 3 officiels.

Les officiels disponibles pour cette journée feront parvenir leur candidature par e-mail au bureau car cette compétition n'était pas annoncée en début de saison. Nous aurons besoin d'une douzaine d'officiels.

Nous avons finalisé les ententes avec l'OWA la semaine dernière.

C'est une opportunité de formation d'entraîneurs qui ne sont pas assignés pour les compétitions nationales ou internationales et d'athlètes dans un contexte différent de compétition par catégorie et d'équipe.

En cas de question, téléphonez au bureau.

#### **15. COMMUNICATION :**

Nous vous rappelons que les informations concernant les lieux, entraîneurs, adresses et heures d'entraînement des clubs se retrouvent dans la section Clubs du site.

Nous y avons également ajouté les liens pour les 18 clubs ont une page Facebook –

« Publique » – indiquée dans la section [Clubs](#) du site de la fédération : HER – ATH – TIT – F-V – R-L – ORC – MON – GEA – C-I – PAT – M-R – G-B – FOR – DMN – SGN – HLC – PAT - DRA.

Bon entrainement !

P:\DATA\MEMOSREG\Memos\_2017-2018\2018\_mars\_07\_memo\_reg.docx