



# CLUB DE CANOTAGE DE SHAWINIGAN

## ÉTÉ 2019

### PROGRAMME POUR LES JEUNES ET LES ADOLESCENTS



	PROGRAMMES	AGE	DATES	FRÉQUENCE	HORAIRE * (JOURS ET HEURES)	PRIX 2019**
<b>JEUNE ET ADOLESCENT</b>	<b>INITIATION</b> aux embarcations de kayak (K1, K2, K4), de canoë (C1, C2, C4) et de canot marathon (C1, C2) Groupe minimum de 8	5 -16 ans	25 juin-26 juillet (5 sem)	3 matins/semaine  1 soir /semaine 2 soirs /semaine	8h30-11h30 : lundi, mercredi et vendredi (Option ajout 3 après-midis/sem : 55\$/sem)  18h30-19h45: mardi 18h30-19h45: lundi, mercredi	215 \$  50 \$ 100 \$
	<b>CAMP DE JOUR 6-9 ans</b> (max 20 jeunes) Initiation aux sports de rame : canoë-kayak, canot long parcours, rabaska et bateau-dragon Horaire: 8h-10h30 activités, 10h30-12h sur l'eau 12h-13h diner 13h-14h30 sur l'eau, 14h30-16h30 activités.	6-9 ans	25 juin- 9 août (7 sem) <small>(Min. 12 jeunes/sem tout âge confondus)</small>	4 jours (25 au 28 juin) (2 au 5 juillet)	Heures du camp de jour : <b>8h30-16h30</b>  Heures service de garde : <b>7h30-8h30, 16h30-17h30</b>  Note : - Inclut tous les frais des activités "mercredi "funny" - Aucun frais supplémentaire - Un adulte est responsable du camp - Des moniteurs spécialisés sur l'eau - Des activités sur terre variées, au goût des jeunes.	Semaine 4 jrs 104 \$/ sem
	<b>CAMP DE JOUR 10-13 ans</b> (max 20 jeunes) Initiation et développement aux sports de rame : canoë-kayak, canot long parcours, rabaska et bateau-dragon Horaire: 8h30-10h sur l'eau, 10h-12h activités sur terre ou sur l'eau 12h-13h diner 13h-14h30 activités sur terre, 14h30-16h sur l'eau, 16h-16h30 activités libre	10-13 ans		5 jours (8 au 12 juillet) (15 au 19 juillet) (22 au 26 juillet) (29 juillet - 2 août) (5 au 9 août)	Semaine 5 jrs 130 \$/ sem	
	<b>DÉVELOPPEMENT</b> dans les sports : canoë-kayak de vitesse, canot marathon. Groupe minimum de 8	6-17 ans	25 juin - 9 août (7 sem)	3 matins/semaine	8h30-11h30 : lundi, mercredi, vendredi (Option ajout 3 après-midis/sem : 55\$/sem)	290 \$
	<b>COMPÉTITION</b> dans les sports : canoë-kayak de vitesse, canot marathon. Groupe minimum de 8 <i>Championnat provincial : 17-19 août      Courses régionales en canot marathon : dates à déterminer</i> <i>Atome à Bantam (Lac beauport)      Atome à Juvénile (Shawinigan)</i> <i>Champ provincial M16 et +</i> <i>-5 août 2018 (Shawinigan)</i>		25 juin- 18 août (8 sem)	3 matins/semaine  5 matins/semaine	8h30-11h30 : lundi, mercredi, vendredi (Option ajout 3 après-midis/sem : 55\$/sem)  8h30-11h30 : lundi au vendredi (Option ajout 5 après-midis/sem : 90\$/sem))	335 \$  <b>★ PROMOTION ★</b> 350 \$
<b>ÉLITE</b> canoë-kayak de vitesse (pour les 14 ans et plus) <i>Essais nationaux 18-20 mai (Dartmouth, NE) et 24-25 juin 2018 (Montréal)</i> <i>Champ. provincial M11, M13, M15      Champ provincial M16 et +      Champ. Canadien M16 et +</i> <i>17-19 août 2018 (Lac Beauport)      3-5 août 2018 (Shawinigan)      28 août au 1 septembre 2018 (Sherbrooke)</i>	14 ans et +	25 juin- fin été (18 ou 25 août (8 ou 9 sem)	5 jours /semaine	Lundi au vendredi, matin et/ou soirée	420 \$	
<b>INITIATION AUX SPORTS DE RAMES</b> (canoë-kayak, canot long parcours, rabaska et bateau-dragon) Une fois par semaine Séance de 1½ heure avec un entraîneur en chaloupe, minimum de 4 familles	5 ans et +	21 juin-19 juillet (5 sem)	1 soir / semaine	Jeudi 18h00	<b>100\$ / famille</b> (1 adulte + 1 enfant)	

- \* L'horaire est fixe mais si le nombre minimum d'inscription n'est pas atteint au maximum 2 semaines avant le début du cours, on peut regrouper des cours ensemble après consultation auprès des personnes inscrites.
- \*\*L'adhésion annuelle aux fédérations de Canoë Kayak Québec et Canoë Kayak Canada, à partir de 6\$ (incluant une assurance-accident) sera ajoutée au prix de l'inscription
- \*\*L'adhésion annuelle au Club de Canotage de Shawinigan obligatoire. (15\$/année, 65\$/année pour les non-résidents sauf pour les résidents d'une municipalité ayant une entente avec la ville de Shawinigan)

# CLUB DE CANOTAGE DE SHAWINIGAN



## ÉTÉ 2019



### PROGRAMME POUR LES ADULTES (16 ans et +)

	PROGRAMMES	AGE	DATES	FRÉQUENCE	HORAIRE * (JOURS ET HEURES)	PRIX 2018**
ADULTE (16 ans et +)	<b>INITIATION</b> aux embarcations de kayak (K1, K2) et de canot marathon (C1, C2) Séance 1 à 1 ½ heure avec un entraîneur en chaloupe, groupe min. de 8	16 ans et +	25 juin – 30 juillet	1 soir/semaine 1 soir/semaine	Lundi 18h30 Mercredi 18h30	85 \$ (équipements inclus)
	<b>DÉVELOPPEMENT ET COMPÉTITION</b> en canoë-kayak de vitesse Séance 1 à 1 ½ heure avec un entraîneur en chaloupe, groupe minimum de 8		27 juin - 1 août	2 soirs/semaine	Lundi 18h30 et mercredi 18h30	135 \$ (équipements inclus)
	<b>RABASKA RÉCRÉATIF</b> en rabaska Séance 1 à 1 ½ heure avec deux entraîneurs, groupe min. de 9	26 juin-7 août (7 sem)	1x/sem	1 soir/semaine	Mardi 18h	70 \$
	<b>ÉLITE</b> canoë-kayak de vitesse <i>Essais nationaux 18-20 mai (Dartmouth, NE) et 24-25 juin 2018 (Montréal)</i> <i>Champ provincial M16 et + 3-5 août 2018 (Shawinigan)      Champ. Canadien M16 et + 28 août au 1 septembre 2018 (Sherbrooke)</i>	16 ans et +	25 juin- 24 août (9 sem)	5 jours/semaine	Lundi au vendredi, matin et/ou soirée	420 \$
	<b>PRATIQUE LIBRE</b> aux embarcations de kayak (K1, K2) et de canot marathon (C1, C2)  <b>Bienvenue aux anciens membres et aux rameurs d'expérience</b> Séance 1 heure, avec tous les équipements fournis, obligatoire le port du VFI et de rester dans le bassin de Shawinigan-Sud ou la zone déterminée par l'entraîneur responsable.	16 ans et +	26 juin- 2 août (6 sem)		Sur rendez-vous (819-692-1254: appel ou texto)	20 \$ /heure (équipements inclus)
PARENT – ENFANT	<b>INITIATION AUX SPORTS DE RAMES</b> (canoë-kayak, canot long parcours, rabaska et bateau-dragon) Une fois par semaine Séance de 1½ heure avec un entraîneur en chaloupe, min. de 4 familles	5 ans et +	21 juin-19 juillet (5 sem)	1 soir/semaine	Jeudi 18h00	100\$ / famille (1 adulte + 1 enfant)

- \* L'horaire est fixe mais si le nombre minimum d'inscription n'est pas atteint au maximum 2 semaines avant le début du cours, on peut regrouper des cours ensemble après consultation auprès des personnes inscrites.
- \*\*L'adhésion annuelle aux fédérations de Canoë Kayak Québec et Canoë Kayak Canada, à partir de 6\$ (incluant une assurance-accident) sera ajoutée au prix de l'inscription
- \*\*L'adhésion annuelle au Club de Canotage de Shawinigan obligatoire. (15\$/année, 65\$/année pour les non-résidents sauf pour les résidents d'une municipalité ayant une entente avec la ville de Shawinigan)

# CLUB DE CANOTAGE DE SHAWINIGAN

## ÉTÉ 2019



### PROGRAMME PARAKAYAK ou VA'A (outrigger) DP PROGRAMME PARACANOT et PARAKAYAK DI



	PROGRAMMES	AGE	DATES	HORAIRE* (JOURS ET HEURES)	PRIX 2018**
Limitation physique	<p><b>PARAKAYAK et PARA- VA'A (outrigger)</b> <b>INITIATION / COMPÉTITION AUX SPORTS DE RAMES</b></p> <p>Programme d'initiation, développement ou compétition pour des personnes ayant des limitations physique. Développement des habiletés dans les embarcations suivantes : kayak ou un Va'A (outrigger) Accompagnateur selon les besoins.</p> <p><b>Incorporé dans les groupes, assistance disponible et équipements adaptés disponibles.</b></p>	8 ans et +	Selon le programme choisi : la personne est <b>incorporée dans les groupes réguliers.</b>		
	<p><b>PARACANOT</b> <b>INITIATION / COMPÉTITION EN CANOT LONG PARCOURS</b></p> <p>pour des personnes ayant des limitations intellectuelles afin de développer des habiletés pour ramer dans un rabaska, bateau dragon ou un canot long parcours assisté d'un accompagnateur. Une fois par semaine Séance de 1½ heure</p> <p><b>PARAKAYAK</b> <b>INITIATION / COMPÉTITION EN KAYAK</b></p> <p>pour des personnes ayant des limitations intellectuelles afin de développer des habiletés pour ramer dans un kayak d'initiation, intermédiaire ou de compétition adapté assisté d'un accompagnateur. Une fois par semaine Séance de 1½ heure</p>	10 ans et +	12 juin-21 août (11 semaines)	Mardi 16h30	80 \$
Limitation intellectuelle		10 ans et +	26 mai-23 août (14 semaines)	Samedi, 10h30 mai-juin Mardi 18h30 juillet-août	100 \$
			2 juillet – 14 août (7 semaines)	Mardi 18h30 juillet-août	50\$

- \* L'horaire est fixe mais si le nombre minimum d'inscription n'est pas atteint au maximum 2 semaines avant le début du cours, on peut regrouper des cours ensemble après consultation auprès des personnes inscrites.
- \*\*L'adhésion annuelle aux fédérations de Canoë Kayak Québec et Canoë Kayak Canada, à partir de 6\$ (incluant une assurance-accident) sera ajoutée au prix de l'inscription
- \*\*L'adhésion annuelle au Club de Canotage de Shawinigan obligatoire. (15\$/année, 65\$/année pour les non-résidents sauf pour les résidents d'une municipalité ayant une entente avec la ville de Shawinigan)