



**CHAMPIONNAT QUÉBÉCOIS  
D'AVIRON EN SALLE  
LAVAL 2012**

**Le Club d'aviron de Laval est heureux d'accueillir  
le Championnat québécois d'aviron en salle 2012.**

Dans ce document, vous trouverez :  
L'horaire et les règlements;  
Un formulaire d'inscription;  
Le chemin pour vous rendre à l'école St-Maxime.

*The Laval Rowing Club is proud to host  
the 2012 Quebec Indoor Rowing Championship*

*In this package :  
The schedule and the rules;  
A registration form;  
How to get to St-Maxime High School.*

**4 février 2012 / February 4<sup>th</sup> 2011**





**CHAMPIONNAT QUÉBÉCOIS  
D'AVIRON EN SALLE  
LAVAL 2012**

**Horaire préliminaire / Preliminary schedule**

Heure	Épreuves	Catégories	Distance	DF*
8h30	Rencontre des entraîneurs			
9h00	1	Hommes U13	500m	
9h10	2	Femmes U13	500m	
9h20	3	Hommes U15	1000m	
9h30	4	Femmes U15	1000m	
9h40	5	Hommes U17	1000m	
10h00	6	Femmes U17	1000m	
10h20	7	Hommes Jr	2000m	120+
10h30	Pesée ouverte			
10h40	8	Femmes Jr	2000m	110+
11h00	9	Femmes Sr B Ouvert	2000m	110+
11h20	10	Hommes Sr B Ouvert	2000m	120+
11h30	Pause du lunch et remise des médailles junior			
12h15	11	Femmes U17 équipe de 4**	500m	
12h30	12	Hommes U17 équipe de 4**	500m	
12h45	Pesée fermée			
12h45	13	Femmes SrB poids léger***	2000m	110+
13h05	14	Hommes SrB poids léger***	2000m	120+
13:25	15	Femmes Sr poids léger***	2000m	110+
13h45	16	Hommes Sr poids léger***	2000m	120+
14h05	17	Femmes Sr ouvert	2000m	110+
14h25	18	Hommes Sr ouvert	2000m	130+
14h45	19	Femmes Maîtres****	1000m	
15h00	20	Hommes Maîtres****	1000m	
15h15	21	Femmes Sr équipes de 4**	500m	
15h30	22	Hommes Sr équipes de 4**	500m	
15h45	Remise des médailles senior			

\*DF = Drag Factor (règle RCA pour tests RADAR).

\*\* Gratuit pour les participants inscrits dans une course individuelle.

\*\*\*Femme poids léger : 60,5 kg, Homme poids léger : 74 kg (règle RCA pour tests RADAR).

\*\*\*\*Maîtres : 27 ans et plus / 40 ans et plus / 50 ans et plus.





## Comment s'inscrire

Tous les participants doivent s'enregistrer via RegattaCentral au [www.regattacentral.com](http://www.regattacentral.com). Il est possible de payer par carte de crédit via RegattaCentral ou par chèque à l'ordre du Club d'aviron de Laval. Le chèque doit être posté à la boîte postale du CAL, située au : 3781, boul. Lévesque, Laval, QC, H7V 1G5.

**Date limite d'inscription : le 1<sup>er</sup> février à minuit**

**Tarifs : 15\$**

### **Inscription tardive**

Il y aura possibilité de s'inscrire les 2, 3 ou 4 février, au coût de 30\$, et à la condition que l'inscription n'oblige pas le comité organisateur à ajouter une course et/ou à changer son horaire.

## *How to register*

*All participants must register through RegattaCentral at [www.regattacentral.com](http://www.regattacentral.com). It is possible to pay the fees through RegattaCentral or by cheque to the order of: Club d'aviron de Laval. Cheque must be mailed to our postal box at: 3781, boul. Lévesque, Laval, QC, H7V 1G5.*

**Registration closes on February 1<sup>st</sup>, Midnight**

**Fee: 15\$**

### **Late entry**

*It will be possible to register on February 2<sup>nd</sup>, 3<sup>rd</sup> or 4<sup>th</sup>, at a cost of 30\$, but only if the late entry doesn't add a heat to the final schedule.*





**Tous les participants doivent signer le formulaire suivant.**

*All participants must sign the following form.*

---

Prénom et nom / first name and name

---

Date de naissance / date of birth

---

Club, équipe ou institution scolaire / Club, team or School-College-University

M / F

Sexe / Gender

---

Numéro de courses / Races number

Je suis conscient qu'une course d'ergomètre exige un effort physique intense et j'ai pris toutes les précautions nécessaires au niveau médical. Je suis conscient qu'en participant à l'activité, il y a des risques de dommages corporels, pouvant aller jusqu'à la mort. J'accepte et assume ces risques. Je dégage les organisations et les personnes suivantes de toute responsabilité : le Club d'Aviron de Laval, la Ville de Laval, l'école St-Maxime, la Commission scolaire de Laval, les membres du comité organisateur, les bénévoles de la compétition et les commanditaires de toute responsabilité civile reliée à une perte matérielle, dommage ou blessure que je pourrais subir en raison de ma participation à cette compétition. Cette compétition n'est sanctionnée ni par une instance provinciale ni par une instance nationale.

My participation in an ergometer race involves risks, dangers and hazards. I am aware that rowing demands intense physical effort and I took all necessary medical precautions. I am aware that by participating in the above activity I am risking personal injury or death. I accept and assume those risks. I release the following companies and people from any and all liability for any loss, damage, injury or expenses that I may suffer as a result of my participation in the activity above: Laval Rowing Club, Ville de Laval, la Commission scolaire de Laval, St-Maxime High School, members of the organizing committee, their volunteers and sponsors. This competition is not sanctioned by provincial or national entities.

---

Signature

---

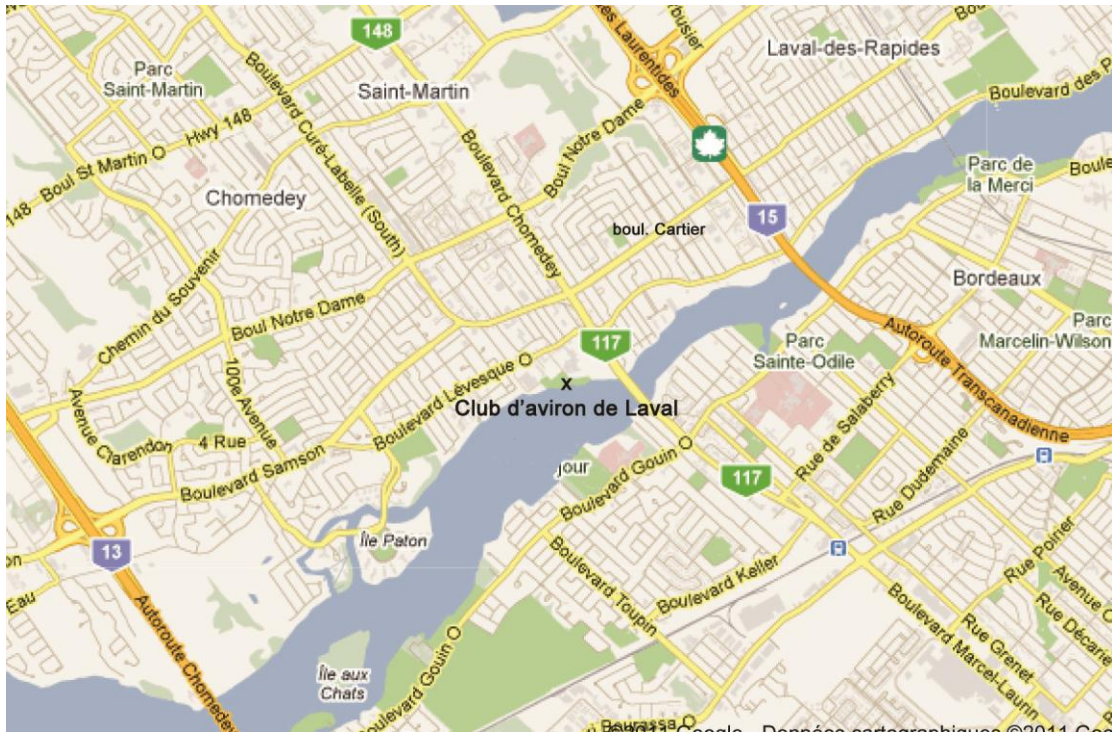
Date





**CHAMPIONNAT QUÉBÉCOIS  
D'AVIRON EN SALLE  
LAVAL 2012**

## Comment vous rendre au Club d'aviron de Laval.



Le Club d'aviron de Laval est situé sur le bord de la rivière des Prairies entre les autoroutes 13 et 15.

De l'autoroute 13 : sortie Samson Est;

- 1,5 km à droite sur le boul. Lévesque;
- 1,5 km à droite au feu de circulation entre l'église et l'école St-Maxime.
- (Voir notre affiche sur la clôture)

De l'autoroute 15: sortie Cartier Ouest;

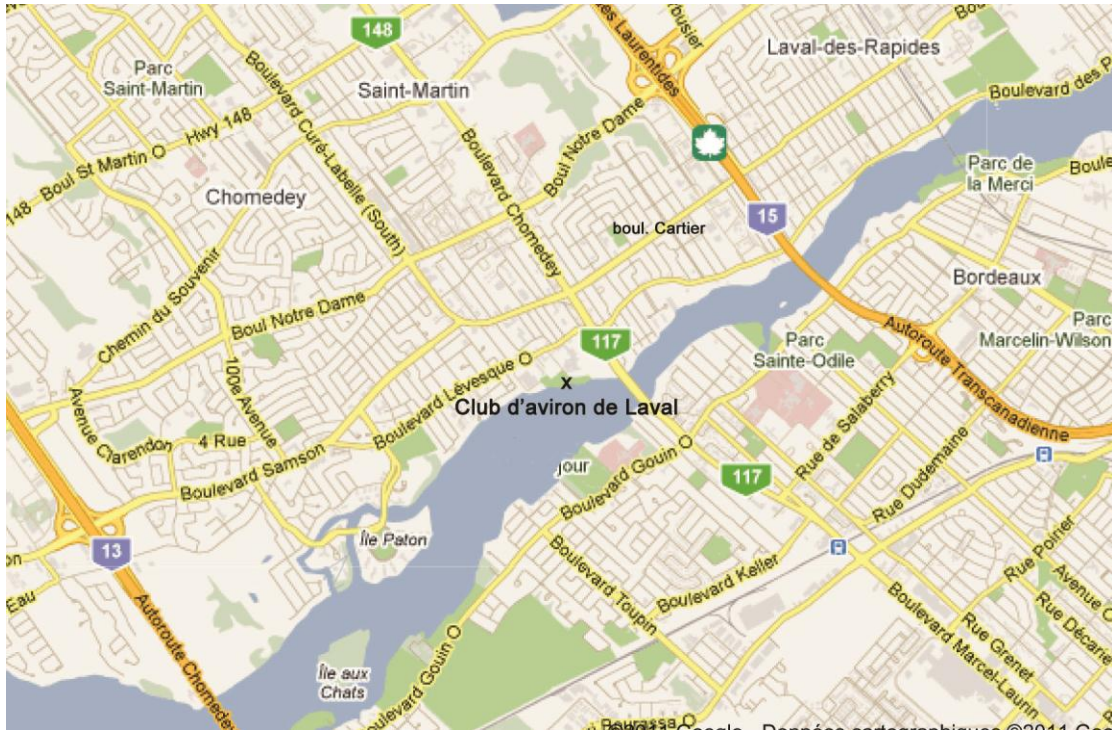
- 1,5 km à gauche sur le boul. Chomedey;
- 250 mètres à droite sur le boul. Lévesque
- 250 mètres à gauche au feu de circulation entre l'église et l'école St-Maxime.
- (Voir notre affiche sur la clôture)





**CHAMPIONNAT QUÉBÉCOIS  
D'AVIRON EN SALLE  
LAVAL 2012**

*How to get to Laval Rowing Club*



*The Laval Rowing Club is located on Rivièr des Prairies between highway 13 and highway 15.*

*From Highway 13 -- exit Samson East;*

- 1.5 km right on Lévesque blvd;*
- 1.5 km right at the lights between St-Maxime Church and St-Maxime School.*
- See the big rowing picture on the fence.*

*From Highway 15: exit Cartier West;*

- 1,5 km left on Chomedey blvd;*
- 250 meters right on Lévesque blvd*
- 250 meters left at the lights between St-Maxime Church and St-Maxime School.*
- See the big rowing picture on the fence.*

