SECTION ÉQUIPE – QUI SOMMES-NOUS ?

Valeurs

Dans le cadre de ses diverses activités, l’équipe préconise les valeurs suivantes:

Combler les 3 “F” pour lesquels les jeunes aiment et continuent à pratiquer un sport soient: Fun – Friend – Fitness

Amener les jeunes triathlètes à développer leur esprit sportif à gérer les victoires et les défaites et ce, dans le respect des autres athlètes, des entraîneurs, des officiels et des bénévoles.

SECTION ÉQUIPE – ENTRAINEURS

LOUIS

Entraîneur PNCE en triathlon depuis 2015, je suis un passionné du triathlon car

Pour 2016, je me suis donné comme objectif de continuer à développer les

…caractérise l’équipe 3FNRGIE : Fun – Friend – Fitness.

JEAN-PHILIPPE

Pour ce faire, notre équipe d’entraîneurs se veut stimulante, empreinte de respect et déterminée à la réalisation des plus beaux défis individuels.

SECTION ÉQUIPE – CONSEIL D’ADMINISTRATION

Jean-Philippe Paré

ANGELLA ROY

Inspirée par ses filles et son entourage, elle s’adonne au triathlon en équipe.

MATHIEU HINSE

Œuvrant au sein de la Société des alcools du Québec depuis plus d'une vingtaine d'années et grand sportif depuis toujours,  le triathlon est devenu sa nouvelle passion. Père de deux jeunes triathlètes, le développement des jeunes dans le sport du triathlon est pour lui, une grande source de motivation.

SECTION PROGRAMME

Il prône également des valeurs telles que le respect, la participation, l’encouragement et le goût du dépassement de soi et de ses coéquipiers. Ces dernières favorisent le développement de saines relations et permettent la création de liens d’amitiés qui est un élément motivateur à la continuité de la pratique d’un sport chez le jeune.

**Ajouter des poins virgules a chaque section et un point au dernier.**

* Aider les athlètes à faire les bons choix au bon moment en ce qui a trait au développement des techniques;
* Encourager nos athlètes à atteindre les résultats spécifiques à leur stade de développement avant de s’engager dans des activités associées à la phase suivante;
* Personnaliser nos programmes selon les individus, selon la nature de leur développement en prenant en considération leurs caractéristiques physiques, psychologiques et sociales;
* S’assurer que l’entrainement en triathlon travaille en relation, et non en opposition, aux autres sports auxquels les jeunes participent.

**AJOUTER UN ESPACE ENTRE LES DEUX PARAGRAPHES**

Le calendrier de l’équipe est élaboré en début de chaque année. Ce dernier regroupe les journées d’entrainements prévues à l’horaire ainsi que les compétitions à venir pour la saison. Vous pouvez vous référer à l’onglet « [Calendrier](http://triathlon3fnrgie.com/calendrier/) » de notre site internet pour plus d’informations.

ESPACE  
Des changements à l’horaire sont possibles et sont communiqués via la page privée facebook de l’équipe. Il est donc important de la consulter régulièrement. Il est aussi important de s’y référer afin d’obtenir les informations concernant les heures, les lieux et les types d’entrainements prévus.

ONGLET - CALENDRIER

**RETIRER L’ESPACE ENTRE LES DEUX PHRASES**

L’équipe favorise la participation à différents triathlons durant la saison.  Comme plusieurs compétitions sont proposées partout au Québec, l’équipe a sélectionné 5 triathlons auxquels les entraîneurs seront présents avec tout le matériel officiel du club (tente et supports à vélo).  Ces compétitions sont identifiées en rouge sur le calendrier. L’équipe encourage la participation de ses triathlètes à ces compétitions et ce, afin d’encourager l’esprit d’équipe, tout en offrant une belle visibilité à ses partenaires.

**Mettre les mois en gris plus foncé et virant au rouge lorsqu’ils sont sélectionnés**

**Mettre les entrainements en bleu pale (comme les triathlons officiels mais bleu au lieu de rouge). Ils se confondent avec les autres triathlons. La bande de couleur du côté gauche est très mince et ne permet pas de différencier rapidement les évènements. Mettre plus épais.**



ADHÉSION

Information et pré-requis

Les inscriptions sont limitées pour une raison de sécurité et de planification des entraînements. Il est donc à la discrétion des dirigeants de l’équipe 3FNRGIE d’établir le nombre d’athlètes par catégorie d’âge pouvant rejoindre l’équipe. La sélection se fera par principe du premier arrivé, premier servi, et basé sur le respect des pré-requis suivants:

**Ajouter des poins virgules a chaque section et un point au dernier.**

### Pré-requis

* L’athlète doit avoir un intérêt marqué pour le triathlon;
* L’athlète doit avoir 8 ans durant l’année en cours;
* L’athlète doit pouvoir nager la distance requise en compétition selon sa catégorie d’âge, et ce sans aide;
* L’athlète doit posséder un vélo de route en bonne condition et des espadrilles adapté pour la course.

La session d’entraînement débute au début avril et se termine à la fin août. Il est possible de participer à un ou deux entraînements sans frais afin de déterminer si notre organisation ainsi que l’encadrement fournis rencontrent les attentes souhaitées. Profitez de cette occasion pour rencontrer notre équipe d’entraineurs, les membres du conseil d’administration ainsi que les athlètes de 3FNRGIE.

Le coût d’inscription à l’équipe 3FNRGIE inclut les coûts d’adhésion à Triathlon Québec, ce qui est obligatoire afin d’adhérer à notre équipe. L’adhésion à Triathlon Québec permet à l’athlète d’obtenir un numéro d’identification qui lui permet de bénéficier d’une assurance-accidents personnelle le couvrant en tout temps tout au long de l’année, tant en compétition que pendant les entraînements personnels et en groupe. Être membre de Triathlon Québec offre aussi plusieurs autres avantages incluant l’éligibilité à des rabais lors de leurs inscriptions à des compétitions. Vous pouvez consulter le site internet de Triathlon Québec pour plus de détails [http://www.triathlonquebec org](http://www.triathlonquebec.org/).

C’est l’équipe qui se charge d’inscrire tous les membres de l’équipe à Triathlon Québec. ~~Ce numéro vous sera communiqué lorsque l’inscription et le paiement seront complétés~~. Si toutefois l’athlète possède déjà son numéro d’identification, nous procéderons au renouvellement de sa licence pour l’année en cours.

Vous pouvez accéder au formulaire en ligne sous l’onglet « Adhésion » de notre site internet ou ~~en~~ en cliquant sur le lien suivant «[*Formulaire* ***d’adhésion***](http://triathlon3fnrgie.com/adhesion_formulaire/) ». Il est important de noter que l’adhésion à l’équipe 3FNRGIE deviendra officielle lorsque:

**Ajouter des poins virgules a chaque section et un point au dernier.**

* Le formulaire d’inscription aura été dûment complété et validé par un membre de l’équipe;
* Le parent aura fait la preuve que l’enfant possède tous les pré-requis;
* Le paiement complet aura été reçu.

TARIFS

Les tarifs d’abonnement à l’équipe de triathlon 3FNRGIE sont pour la saison au complet, c’est-à-dire du début avril à la fin août. Les entrainements ont lieu à une fréquence de deux fois par semaine. Il est à noter que l’équipe fait relâche pendant deux semaines au cours de l’été (dates à confirmer).

Un rabais familial est offert aux familles désirant inscrire plus d’un enfant vivant à la même adresse. Ce rabais s’applique sur ~~le~~ les tarifs d’entraînements et non sur les frais de Triathlon Québec:

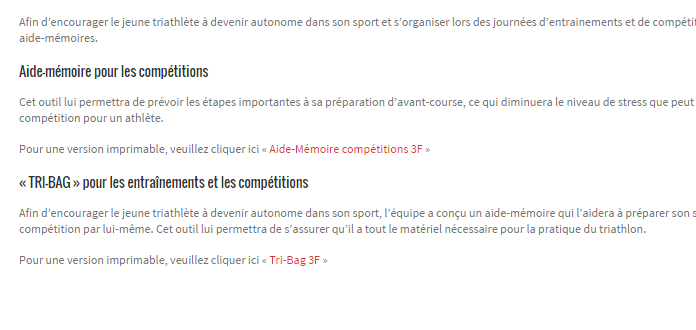
Les frais d’adhésion ne sont pas remboursables ni transférables. Nous vous invitons à consulter la politique de remboursement et d’abandon sous l’onglet « Formulaire d’adhésion » de notre site internet ou en cliquant sur le lien suivant «Formulaire d’adhésion ».

Le paiement complet doit être reçu afin de valider l’inscription. Il doit être effectué par chèque en un seul versement et ce, avant le début des entraînements.

COIN DE L’ATHLÈTE

AIDE-MÉMOIRE

Je crois que tu voulais regarder à développer une boite cool sur lequel le jeune pouvait cliquer pour accéder à l’aide-mémoire et son tri-bag… juste une petite note si toutefois c’est quelque chose que tu veux faire.



**Nous avions pensé d’ajouter la photo des deux filles en transition… voir photo en piece jointe.**

**Ajouter des poins virgules a chaque section et un point au dernier.**

CODE D’ÉTHIQUE

* Se comporter d’une manière qui fait preuve d’intégrité et de considération envers les autres et s’abstenir d’utiliser un langage inapproprié;
* Traiter avec le plus grand respect ses entraîneurs, ses coéquipiers, les compétiteurs, le personnel bénévole ou responsable d’un entraînement ou d’une compétition, les officiels ainsi que le grand public;
* Respecter les principes de franc-jeu et les règles du sport durant un entraînement ou une compétition;
* Arriver à l’heure aux entraînements et aux compétitions;
* Positionner son matériel nécessaire pour les entraînements et les compétitions ce qui favorisera le bon déroulement de l’événement;
* S’abstenir d’exprimer des critiques, de faire des commentaires pouvant déplaire ou intimider quiconque et ce, tant verbalement que par le biais des réseaux sociaux;
* S’abstenir de faire usage d’intimidation, harcèlement, discrimination, abus physique ou verbal envers toutes personnes qui participent ou travaillent au nom du sport;
* Porter un uniforme adéquat, qui respecte les directives de l’équipe;
* Donner le meilleur de lui-même.

**Respecter les règlements généraux de sécurité, incluant mais sans en être limité à:**

* Obéir à tous les lois et règlements;
* Obéir aux règlements en matière de trafic routier durant les sorties, sur les parcours et les séances d’entrainement;
* Obéir aux directives des entraîneurs et des encadreurs durant les entraînements ainsi que des officiels durant les compétitions;
* Éviter d’agir d’une manière imprudente ou dangereuse qui risquerait de mettre en danger sa santé, celles de ses coéquipiers, de ses compétiteurs et ce, lors d’un entraînement, d’une compétition ou tout autre événement sportif.

COIN DE L’ATHLÈTE – RÈGLEMENT

Ajouter le PDF a uploader

**Ajouter des poins virgules a chaque section et un point au dernier.**

Règles générales pour les jeunes

* Tous les participants doivent porter un casque de vélo approuvé;
* Le casque doit être attaché en tout temps lorsque l’athlète est en possession du vélo;
* Les athlètes doivent ranger leur vélo à leur emplacement dans la zone de transition;
* Il est interdit de circuler torse nu lors du vélo et de la course à pied;
* Le sillonnage n’est pas permis, à l’exception des épreuves Coupe du Québec avec sillonnage et de la série Grand Prix;
* L’aide externe est autorisée pour les catégories U5, U7 et U9 (bénévoles et officiels désignés par l’organisation de la course) ;
* Pour les athlètes des catégories U11, U13 et U15, toute aide externe peut entraîner une disqualification;
* L’équipement doit être conforme aux règles spécifiques pour sa catégorie d’âge;
* Le port de la combinaison isothermique est autorisé lorsque la température ajustée de l’eau est inférieure à 20°C;
* Le port de la combinaison isothermique est obligatoire lorsque la température ajustée de l’eau est inférieure à 14°C.

PARTENAIRES

L’équipe de triathlon 3FNRGIE est un organisme sans but lucratif par lequel des organisateurs bénévoles souhaitent offrir une opportunité sportive supplémentaire sur la Rive-Sud de Montréal.

FAQ

QUESTION 3 : Le lien devrait aller vers **Adhésion/Tarifs** au lieu de Adhésion Information et Pré-requis.

Le tarif d’abonnement à l’équipe de triathlon 3FNRGIE est de 240$. La saison débute au début avril et se termine à la fin août. À ce montant, il faut ajouter les frais d’inscriptions pour être membre de Triathlon Québec selon la catégorie d’âge de l’enfant. Vous pouvez vous référer à l’onglet « [Adhésion](http://triathlon3fnrgie.com/adhesion/)**/Tarifs** » de notre site internet pour plus d’informations.

Question 4 : Retirer le R, et changer le lien pour Adhésion/Tarif.

~~R:~~ Oui, 3FNRGIE offre un rabais familial aux familles désirant inscrire plus d’un enfant vivant à la même adresse. Ce rabais s’applique sur le ou les tarif(s) d’entraînements ~~le(s) moins élevé(s) et~~ non sur les frais de Triathlon Québec. Vous pouvez vous référer à l’onglet « [Adhésion](http://triathlon3fnrgie.com/adhesion/)**/Tarifs** » de notre site internet pour plus d’informations.

QUESTION 5 :

Les entraînements ont lieu à une fréquence de deux fois par semaine. Il est à noter que l’équipe fait relâche pendant deux semaines au cours de l’été (dates à confirmer). Vous pouvez vous référer à l’onglet « [Entraînement](http://triathlon3fnrgie.com/entrainements/) » de notre site internet pour plus d’informations.

QUESTION 7

Dès que vous êtes membre de l’équipe 3FNRGIE, l’inscription ou le renouvellement à Triathlon Québec est pris en charge par l’équipe. Vous pouvez vous référer à l’onglet « [Adhésion](http://triathlon3fnrgie.com/adhesion/)» de notre site internet pour plus d’informations

QUESTION 8

Premier arrivé, premier servi parmi les athlètes possédant les pré-requis. Vous pouvez vous référer à l’onglet « [Adhésion](http://triathlon3fnrgie.com/adhesion/) » de notre site internet pour prendre connaissance des pré-requis.

QUESTION 11

Oui. Avant d’inscrire votre enfant à l’équipe 3FNRGIE pour la saison, il est toujours possible de venir essayer un ou deux entraînements. Les entraîneurs et les autres membres du conseil d’administration de l’équipe pourront répondre à vos questions. Vous pouvez contacter un membre de notre équipe via la section « contact » (ajouter le lien) de notre site internet, afin de vérifier l’horaire d’entraînement et le matériel nécessaire pour y participer.

**FORMULAIRE**

Section terme et conditions :

2.2 L'Équipe se réserve le droit d'annuler toute inscription dû au non-respect du code d'éthique de l’Équipe ~~ajouter lien onglet coin de~~ l'athlète/code d’éthique. Un remboursement sera alors émis au prorata du nombre de semaines qui restent à la session en cours.

|  |
| --- |
| **Mettre cette section en gras**  **J'ai pris connaissance des Termes et conditions, et accepte les modalités de la renonciation**  **et abandon de responsabilité ainsi que la Politique de remboursement et je m'engage à les respecter.** |

1. Formulaire :
   1. comme discuté, seulement si possible de mettre l’information de 1 enfant à la fois… En ajoutant un CLIC (+) qui mentionne « … Ajouter un enfant »

|  |
| --- |
|  |