



# régate tête des Nations

## Head of the Nations

### Sherbrooke 2024

#### Régate à Sherbrooke 4km+1km TABLE DES MATIÈRES

INTRODUCTION .....	3
MISSION .....	3
RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX.....	3
SITE INTERNET DE LA RÉGATE .....	3
SITE DE LA RÉGATE .....	4
ITINÉRAIRE - COMMENT SE RENDRE AU SITE DE LA RÉGATE.....	4
STATIONNEMENT POUR REMORQUES.....	5
AIRES POUR LE PUBLIC .....	5
NOURRITURE ET EAU .....	5
TOILETTES ET VESTIAIRES.....	5
PARCOURS DE LA COURSE .....	6
PANNEAU D’AFFICHAGE.....	6
DÉROULEMENT DE LA COURSE .....	6
COMMISSION DE CONTRÔLE .....	7
PROCÉDURE DE COURSE .....	7
AIRE DE MISE EN ATTENTE .....	7
AIRE DE DÉPART .....	8
ZONE D’ARRIVÉE.....	9
MODÈLE DE COURSE .....	10
1000m CONTRÔLE DU TEMPS.....	10
SÉCURITÉ SUR LE PARCOURS .....	10
OBSTACLES À ÉVITER SUR LE PARCOURS .....	11
LES QUAIS DE REFUGE.....	11
SANCTION ET RÈGLEMENTS .....	11
APPLICATION DE LA RÉGLEMENTATION ET DEMANDE DE PROTESTATION.....	12
COLLISION, PANNE D’ÉQUIPEMENT OU CHAVIREMENT .....	12
LISTE DES ÉPREUVES .....	12



**régate tête des Nations**  
**Head of the Nations**  
**Sherbrooke 2024**

Catégories d'âge.....	13
POIDS POUR RAMEURS À POIDS RÉGLEMENTÉ ET POUR BARREURS .....	13
HORAIRE DE LA PESÉE POUR RAMEURS À POIDS RÉGLEMENTÉS ET POUR BARREURS.....	13
RÉSULTATS .....	13
ÉTAT DE SANTÉ REQUIS.....	14
MODALITÉS D'INSCRIPTION .....	14
DATE LIMITE .....	14
FORFAITS .....	15
PREUVES D'IDENTIFICATION DES ATHLÈTES .....	15
LES SCRATCHS .....	16
CALENDRIER PRÉLIMINAIRE .....	17
CODE RCA TÊTE DE RIVIÈRE.....	19
INTÉGRITÉ DU SPORT .....	19
SPORT SÉCURITAIRE .....	19
PARTICIPANTS ET PARTICIPANTES MINEURS .....	20
COLLECTE DE DONNÉES ET UTILISATION DES RÉSULTATS, PHOTOS OU IMAGES .....	20
MÉDIAS SOCIAUX .....	20



**régate tête des Nations**  
**Head of the Nations**  
**Sherbrooke 2024**

# **Sherbrooke Régate**

## **1 et 4 km**

### **INTRODUCTION**

Bienvenue à la première régata tête de rivière des Nations à Sherbrooke - 2024 ! Organisée sur la majestueuse rivière Magog et sur le lac des Nations à Sherbrooke, la course de tête sanctionnée de 5 km est organisée par le Club nautique de Sherbrooke, le premier club d'aviron de la belle région des Cantons-de-l'Est fondé en 2002.

### **MISSION**

- Promouvoir et développer le sport de l'aviron pour les athlètes de tous âges, horizons, capacités et nationalités ;
- Garantir la sécurité et l'équité pour tous participants. Cela implique la mise en œuvre de protocoles de sécurité et de règles de course rigoureux pour minimiser les risques de blessures ou de concurrence déloyale ;
- Offrir un environnement favorable et accueillant ;
- Encouragez la participation et favorisez l'amour du sport.

La course de tête de rivière vise à offrir une expérience d'aviron distinctive et agréable qui combine des éléments de plaisir et de défi. En incorporant diverses caractéristiques et obstacles, les participants et les spectateurs peuvent assister à une compétition passionnante et enrichissante.

En offrant constamment une expérience agréable et de hautes qualités, nous visons à faire de la régata un événement incontournable du calendrier de l'aviron.

Il est impératif que tous les participants potentiels se familiarisent avec les informations présentées dans ce document avant de s'inscrire à l'événement.

### **RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX**

Ce document fournit toutes les informations liées à la régata de la Tête des Nations. En s'inscrivant, les concurrents reconnaissent en avoir pris connaissance et en accepter le contenu.

### **SITE INTERNET DE LA RÉGATE**

<https://cnsherbrooke.ca>

<https://www.regattacentral.com/>

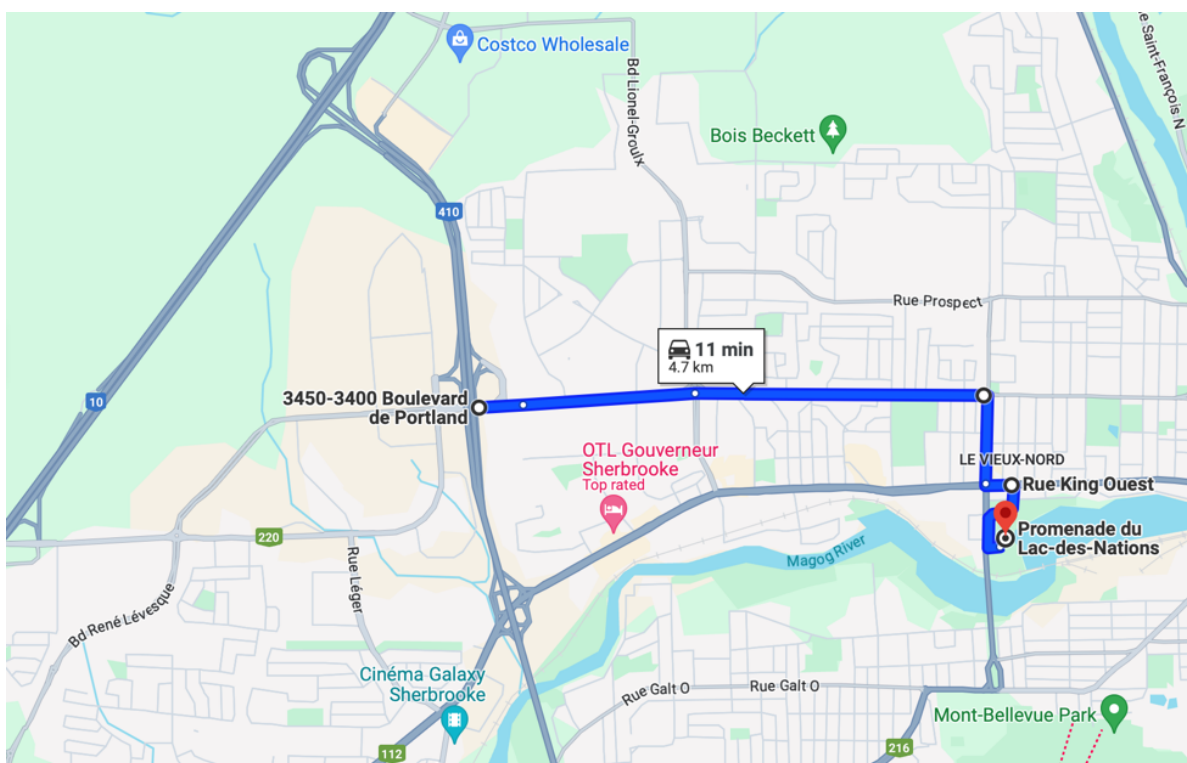


## SITE DE LA RÉGATE

Le site principal de la régates est situé au parc Jacques-Cartier.

## ITINÉRAIRE - COMMENT SE RENDRE AU SITE DE LA RÉGATE

Parc Jacques-Cartier, 220 Rue Marchant Sherbrooke, Québec. À cause de la construction de l'échangeur Darche, nous vous suggérons de prendre le boulevard Portland à partir de l'autoroute 410, descendre 3 km pour tourner à droite sur le boulevard Jacques-Cartier, 750 m pour tourner à gauche sur King Ouest et à droite au prochain feu sur la rue Marchant pour entrer dans le parc Jacques-Cartier.





## **STATIONNEMENT POUR REMORQUES**

Les emplacements de stationnement des remorques sont indiqués sur la carte ci-dessous. Des bénévoles vous guideront à votre arrivée



## **AIRES POUR LE PUBLIC**

Des gradins et des tables de pique-nique sont à votre disposition à la tour d'arrivée et dans le parc.

## **NOURRITURE ET EAU**

Il y aura une cantine sur place et un food truck.

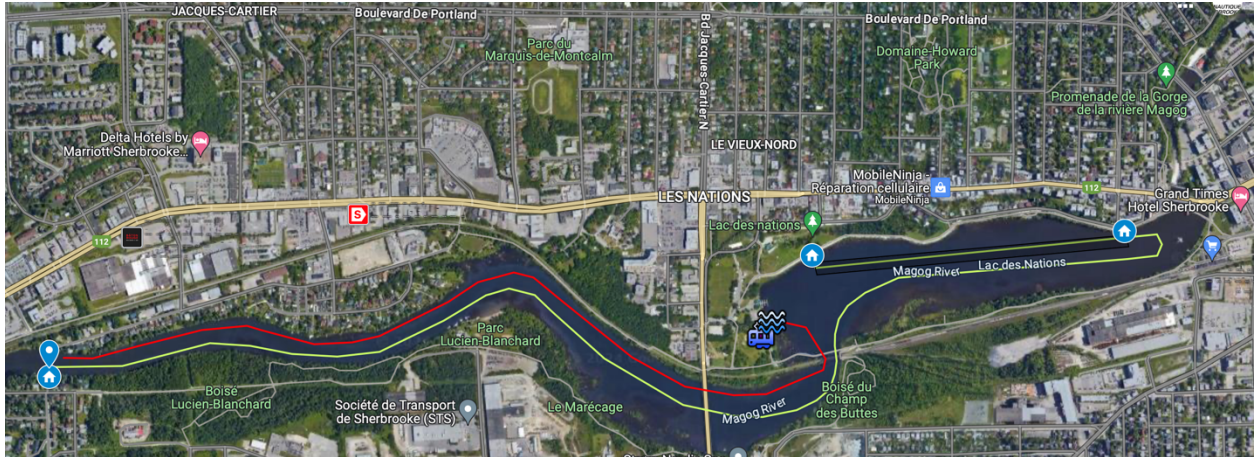
Apportez votre bouteille pour la remplir aux stations d'eau prévues à cet effet.

## **TOILETTES ET VESTIAIRES**

Des toilettes chimiques seront disponibles sur place ainsi que les toilettes du parc. Aucun vestiaire n'est prévu.



## PARCOURS DE LA COURSE



Le parcours fait 4km+1km. Les équipages seront chronométrés sur l'ensemble des 5 km ainsi que sur leurs derniers 1 000 m jusqu'à la ligne d'arrivée. Le lac des Nations est considéré comme faisant partie du parcours. Les bateaux quittant les quais pour l'échauffement et pour la ligne de départ doivent se diriger vers le sud tout droit vers la rivière en direction du pont du train noir. Sur la rivière, le côté nord est le couloir d'échauffement tandis que le côté sud est le parcours. En aucun cas les bateaux ne pourront passer d'une rive à l'autre du fleuve sous peine de sanctions. Des bouées tout au long du parcours délimitent les deux couloirs.

La distance entre les quais et la ligne de départ est de 3 km. Les équipages doivent prévoir au moins 20 minutes avant d'atteindre la zone de départ.

## PANNEAU D'AFFICHAGE

Un panneau d'affichage doit être disponible pour afficher une copie de la carte ainsi que pour afficher les temps de course, les changements et les résultats. Toute autre information essentielle peut également être publiée ici.

## DÉROULEMENT DE LA COURSE

Il est de la responsabilité des athlètes de se présenter à la commission de contrôle et de quitter le quai de mise à l'eau dans les délais prescrits ci-dessous à temps pour prendre le départ de leur course.



**régate tête des Nations**  
**Head of the Nations**  
**Sherbrooke 2024**

## **COMMISSION DE CONTRÔLE**

Voir Photo 1 pour l'emplacement.

Les rameurs et rameuses devront se présenter à la commission de contrôle 60 minutes avant l'heure du départ de leur course. À noter que les vagues 2 et les courses suivantes devront se rassembler dans la zone d'attente sur l'eau pour être escortées jusqu'à la ligne de départ une fois que la course précédente est terminée.

Pour minimiser le stress des vérifications et la fluidité de la procédure, veuillez vous assurer d'y arriver avec les souliers bien attachés au bateau et la boule de proue blanche solidement fixée.

Aussi, veuillez vous assurer d'avoir votre preuve d'identification sur vous (pour détail, voir sous Preuve d'identification dans la section Inscription des athlètes).

La commission de contrôle se réserve le droit de laisser passer ou non les équipages retardataires.

Passé ce point de contrôle, vous êtes invités à vous diriger vers le quai de mise à l'eau. Vu son exigüité, nous vous demandons de rapidement embarquer dans votre bateau et de faire immédiatement libérer le quai de vos souliers par un membre de votre club.

## **PROCÉDURE DE COURSE**

Les athlètes sont tenus de se présenter à la commission de contrôle à l'endroit désigné dans le délai imparti.

Après autorisation de la commission de contrôle, les athlètes sont priés de se rendre à l'aire de mise en attente près du quai de lancement. En raison de la taille limitée du quai, il est conseillé aux membres d'équipage de monter rapidement à bord de leurs navires et de faire retirer leurs chaussures du quai par un membre du club dans les plus brefs délais. Cette action contribuera à garantir un processus de lancement fluide et efficace.

## **AIRE DE MISE EN ATTENTE**

Vous serez invité à vous diriger vers l'aire de mise en attente le long du sentier avant les quais. Vous y resterez jusqu'à ce que le dernier bateau de la course précédente passe la ligne d'arrivée.

Toutes les embarcations devront demeurer entre le quai d'embarquement et le pont noir avant la rivière en attente de la permission du responsable de sécurité sur l'eau pour monter le parcours de course par ordre de numéro de proue.



## AIRE DE DÉPART

Voir pour une vue aérienne de l'aire de départ



## RÉCHAUFFEMENT

Les équipes sont invitées à s'échauffer selon les paramètres suivants. La distance entre les quais et la zone de départ est de 3 km. Les équipages doivent prévoir au moins 15 minutes pour atteindre la zone de départ.

Les équipes doivent demeurer alertes de leur positionnement par rapport aux autres embarcations. En cas d'urgence médicale ou matérielle, le responsable de la régata le plus proche doit être alerté immédiatement.

Sauf indication contraire, les équipes ne sont pas autorisées à s'arrêter aux quais, car ceux-ci sont des propriétés privées.

Au-delà de la ligne de départ, zone de non-sillage, les équipes sont invitées à circuler dans les deux sens, à condition de suivre les instructions des officiels et de ne pas mettre en danger ni eux-mêmes ni les autres équipes. Les équipes ne pourront pas dépasser la grande bouée rouge en amont de la ligne de départ pour éviter les zones peu profondes de la rivière.

Les équipes doivent se présenter à la ligne de départ au plus tard 10 minutes avant leur épreuve avec un numéro d'arc/dossard précis. Toutes équipes en retard ou n'affichant pas de numéro pourront se voir sanctionnées.

Vous saurez que vous êtes proches de l'aire de départ lorsque vous aurez passé les deux lignes de hautes tensions. La tente des officiels se trouvera à votre droite sur la ligne de départ.

Passé la ligne de départ (identifiée par une bouée rouge) nous vous demandons de vous diriger vers l'aire d'échauffement. Vous êtes requis de demeurer à une distance maximum de 125 m de la ligne de départ.





**régate tête des Nations**  
**Head of the Nations**  
**Sherbrooke 2024**

Le Marshall sur l'eau appellera les rameurs dans l'ordre numérique comme suit :

"Équipage # X, Club\_name, ramez"

- La procédure de départ sera la suivante :

"Équipage # X nom\_du\_club, approche de la ligne"

Lorsque l'équipage franchit la ligne, le starter utilise un klaxon (signal oral) ou annonce "go" avec un mégaphone.

Étant donné que c'est un départ lancé, nous recommandons que vous accélériez votre élan de façon à avoir votre pleine vitesse en passant la ligne de départ.

Veuillez vous assurer de passer la bouée rouge de la ligne de départ avec suffisamment de distance pour ne pas l'accrocher avec vos rames. Cela vous ralentit.

### **ZONE D'ARRIVÉE**

Voir photo pour une vue aérienne de la zone d'arrivée. Un signal sonore sera émis lorsque vous franchirez la ligne d'arrivée. Nous vous demandons ensuite de vous rendre immédiatement au quai de mise à l'eau. Important : suivez les instructions du quai Maréchal. Un accès prioritaire aux quais sera donné aux bateaux hot-sitting.





## MODÈLE DE COURSE

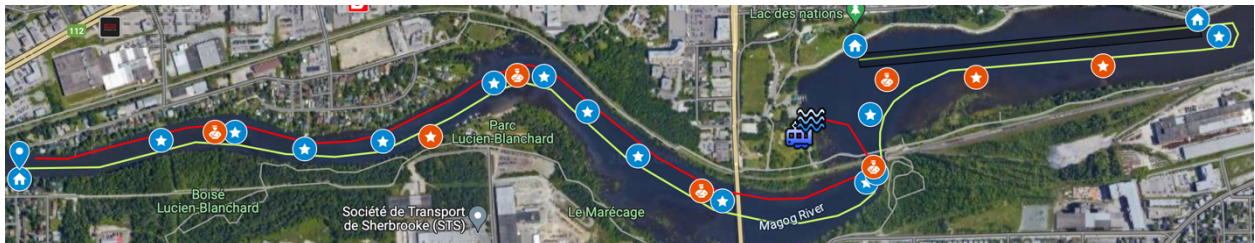
Les participants rameront la course de 4km+1km chronométré sur un parcours idyllique avec quelques obstacles. Il y a 2 ponts (voir annexe 2), et au bout du lac il y a une bouée tournante (voir annexe 3). Les rameurs doivent être très vigilants à leur environnement et aux obstacles qui se trouvent sur leur chemin.

**RP - Aucun dépassement n'est pas permis sous le pont noir du chemin de fer à l'entrée du lac des Nations.**

## 1000m CONTRÔLE DU TEMPS

Les équipes doivent tourner à 180 degrés à la fin du lac, où les derniers 1 000 mètres jusqu'à la fin de la course sont chronométrés. Les équipes auront des temps pour les 5 km et le 1 000 m.

## SÉCURITÉ SUR LE PARCOURS



Des bouées rouges sont réparties tout au long de la rivière pour séparer le couloir d'échauffement de la course. Cinq bateaux à moteur sont répartis le long du parcours pour assurer la sécurité des participants. Les équipes doivent suivre les instructions pour garantir la sécurité de tous les participants.

De grandes bouées rouges marquées d'étoiles rouges sur la carte indiquent les zones dangereuses à éviter.

Deux ponts se trouvent le long de la course, le pont Jacques-Cartier et les ponts, train noir et piéton. Cette dernière dispose de deux couloirs. Les équipes remontant la rivière jusqu'à la ligne de départ empruntent le couloir Ouest et les participants descendant de la course empruntent le couloir est. Un seul bateau à la fois sera autorisé à passer dans chaque couloir.

Les responsables des bateaux à moteur assureront la sécurité des équipes sur les deux sites. Un seul bateau à la fois peut traverser le pont du Train Noir à l'entrée et à la sortie du lac.



### OBSTACLES À ÉVITER SUR LE PARCOURS

RÉFÉRENCE DES OBSTACLES SUR XXX	OBSTACLE	DISTANCE DU QUAI DE MISE A L'EAU	DISTANCE DE LA LIGNE DE DÉPART
PONT JACQUES CARTIER	PILIER DU PONT	800m	2500m
PONT NOIR ( TRAIN)	PILIER DU PONT	150m	2900m

### LES QUAIS DE REFUGE

RÉFÉRENCE DES REFUGES SUR PHOTO 6A	REFUGE	DISTANCE DU QUAI DE MISE A L'EAU	DISTANCE DE LA LIGNE DE DÉPART

## POINTS TECHNIQUES

### SANCTION ET RÈGLEMENTS

La compétition est sanctionnée par Aviron Québec au nom de Rowing Canada Aviron (RCA). Les règlements en vigueur dans le Code de course 2022 de RCA seront appliqués. Toute dérogation par rapport au Code sera clairement indiquée en caractère gras, suivie de 'RP' (pour Règle propre à cette régates).

Le règlement applicable à la régates est celui de Rowing Canada Aviron (RCA) et est disponible au liens suivants :

FR: <https://fr.rowingcanada.org/uploads/2022/04/Rules-of-Racing-Booklet-FR-04.pdf>

AN: <https://rowingcanada.org/uploads/2022/04/Rules-of-Racing-Booklet-EN.pdf>



## **APPLICATION DE LA RÉGLEMENTATION ET DEMANDE DE PROTESTATION**

Immédiatement après avoir passé la ligne d'arrivée, le(s) rameur(s) doit/doivent se rendre à un endroit sûr, toujours en vue du juge d'arrivée, et lever la main, la laissant levée jusqu'à ce que le juge d'arrivée ou un arbitre sur l'eau reconnaisse leur protestation et demande au rameur ou à l'équipage de s'approcher de la commission de contrôle et d'enregistrer sa/leur protestation. Un membre du jury enregistrera alors officiellement la réclamation, et l'athlète disposera de 60 minutes pour produire les détails de son rapport par écrit, ainsi que 140 dollars canadiens en espèces. (Cette somme sera perdue si la réclamation est rejetée). La réclamation sera menée conformément aux articles 10.15 et 10.16 des règles de course.

## **COLLISION, PANNE D'ÉQUIPEMENT OU CHAVIREMENT**

En cas d'incident tel qu'une panne d'équipement, un chavirage ou une collision, le bateau de sécurité le plus proche s'approchera immédiatement de l'équipage ou des équipages pour leur porter assistance. Le bateau de sécurité donnera la priorité aux membres les plus vulnérables de l'équipage. L'équipage ou les équipages impliqués dans une collision suivront les directives du bateau de sécurité. Bien qu'il soit possible de poursuivre la course, l'accent sera mis sur la sécurité générale des personnes impliquées.

## **LISTE DES ÉPREUVES**

Cette régata est ouverte à tout athlète provenant du Québec, des autres provinces canadiennes et de l'extérieur du Canada.

Les participants et les participantes peuvent concourir dans plus d'une course s'ils y sont admissibles.

Les catégories d'âge sont :

<b>CATÉGORIES D'ÂGE</b>	<b>ADMISSIBILITÉ D'ÂGE (AU 31 DÉCEMBRE 2024)</b>
U17 F, H	≤ 16 ans
U19 F, H	≤ 18 ans
U23 F, H	≤ 22 ans
U23 F, H Poids réglementé	≤ 22 ans
Sénior F, H	Pour tout âge
Senior F, H Poids réglementé	Pour tout âge



<b>CATÉGORIES D'ÂGE</b>	<b>ADMISSIBILITÉ D'ÂGE</b> <b>(AU 31 DÉCEMBRE 2024)</b>
Maître F, H	≥ 21 ans
Maître F, H Poids réglementé	≥ 21 ans

### **Catégories d'âge**

Les catégories d'âge sont définies à la partie 2 du code de course de RCA (Janvier 2022)

Il pourra y avoir des épreuves mixtes (art. 2.9, code de course). Pas plus de la moitié des rameurs dans chaque équipe ne pourra s'identifier comme un homme, excluant le barreur.

Les catégories d'embarcation sont 1X, 2X, 2-, 4+, 4X, 4X+, 8+

Une épreuve doit avoir deux inscriptions pour avoir lieu. Dans le cas d'une seule inscription dans une épreuve avec limite d'âge, l'athlète pourra concourir contre des athlètes de limite d'âge plus âgée que la sienne.

### **POIDS POUR RAMEURS À POIDS RÉGLEMENTÉ ET POUR BARREURS**

#### **Poids réglementés :**

Femmes : ≤ **59,0 kg**

Hommes : ≤ **72,5kg**

#### **Barreurs :**

Les catégories d'âge s'appliquent aussi aux barreurs, à l'exception des épreuves de maîtres.

Équipage U17 et U19 : ≥ **45kg**

Autres équipages : ≥ **55kg**

### **HORAIRE DE LA PESÉE POUR RAMEURS À POIDS RÉGLEMENTÉS ET POUR BARREURS**

La pesée sera ouverte de 7h15 à 9h.

### **RÉSULTATS**

Les résultats seront affichés au fur et à mesure des courses au kiosque d'information (voir Photo 1). Ils seront aussi mis en ligne sur le site Internet du club.



**régate tête des Nations**  
**Head of the Nations**  
**Sherbrooke 2024**

Les informations suivantes seront diffusées aux participants concernant les résultats des courses à la régata :

1. Les résultats de la course seront affichés au kiosque d'information en temps réel au fur et à mesure de l'avancement de l'événement (comme le montre l'image 1).
2. De plus, les résultats des courses seront disponibles en ligne sur le site officiel du club pour la commodité des participants et des spectateurs.
3. Il est important de noter que toutes les courses sont considérées comme des finales et que le temps le plus rapide enregistré déterminera le gagnant de chaque épreuve.
4. Pour reconnaître et récompenser les performances exceptionnelles des participants, des médailles d'or, d'argent et de bronze seront données aux gagnants de l'événement comptant un minimum de 4 participants.
5. Pour les épreuves à 3 participants, des médailles d'or et d'argent seront donner aux premiers, tandis qu'une médaille d'or sera remise au gagnant dans les épreuves à 2 participants seulement.
6. La remise des médailles a lieu à la fin de la régata, offrant ainsi l'occasion aux participants et aux spectateurs de célébrer et de reconnaître les réalisations des gagnants.

## **INSCRIPTION DES ATHLÈTES**

### **ÉTAT DE SANTÉ REQUIS**

Tous les participants et participantes à la régata comprennent qu'ils vont concourir dans une activité très intense. Ils reconnaissent être en bonne santé et avoir été autorisés par un médecin à participer à cette activité physique.

### **MODALITÉS D'INSCRIPTION**

Les inscriptions doivent se faire sur le site de la régata sur Regatta Central:

<https://>

Les athlètes ne peuvent concourir dans deux départs de suite.

### **DATE LIMITE**

La date limite pour s'inscrire à la régata est **le 4 juin 2024 à minuit**.

Les inscriptions effectuées après le 4 juin seront acceptées. Elles devront continuer à être faites au-travers du site d'inscription sur Regatta Central. Des frais supplémentaires seront chargés (voir la section Frais d'inscription)

Un horaire final sera publié sur Regatta Central le **7 juin au plus tard à 17 h**.



**régate tête des Nations**  
**Head of the Nations**  
**Sherbrooke 2024**

## **FORFAITS**

La règle 7.5 du Code de course de RCA sera appliquée.

Tous les forfaits annoncés après la première date butoir d'inscription du 4 juin seront **facturés de 10\$ chacun**.

Des forfaits pourront être déclarés le jour même de la régata lors de la réunion des entraîneurs le matin de la compétition. Tous les forfaits devront être payés au comité organisateur, immédiatement après cette réunion, en argent comptant.

Il n'y aura aucun frais de forfait pour des raisons médicales. Une note du médecin sera exigée.

## **PREUVES D'IDENTIFICATION DES ATHLÈTES**

Une nécessité pour une collecte de données précises et une compétition loyale dans le sport

L'exactitude et l'authenticité de l'identification sportive sont cruciales dans le sport pour garantir une compétition loyale et maintenir l'intégrité du sport. Lors de sa présentation à la Commission de Contrôle avant la course, chaque athlète doit fournir une pièce d'identité valide pour confirmer son âge et son identité. Cela peut prendre la forme d'une pièce d'identité délivrée par le gouvernement ou d'une pièce d'identité scolaire, qui doivent toutes deux contenir une photo et une date de naissance. Les athlètes peuvent également présenter une version électronique de leur pièce d'identité sur leur téléphone portable, à condition qu'elle réponde aux normes requises.

## **FRAIS D'INSCRIPTION**

Les frais d'inscription doivent être prépayés sur le site de Regatta Central. Aucun paiement sur place ne sera accepté.

Les inscriptions doivent être complétées sur Regatta Central :

<https://www.regattacentral.com/regatta>

Les athlètes ne sont pas autorisés à courir dos à dos les courses.

L'inscription doit être complétée en ligne via Regatta Central au plus tard le 28 mai 2024.



**régate tête des Nations**  
**Head of the Nations**  
**Sherbrooke 2024**

**Date limite et frais d'inscription\***

- Les inscriptions sont possibles à partir du 1er mars et se terminent le 4 juin à 23h59.
- Les inscriptions tardives, les scratches et les changements d'équipage sont autorisés jusqu'au 7 juin à midi.

**INSCRIPTIONS EFFECTUÉES AVANT LA DATE BUTOIR DU 4 juin MINUIT**

<b>Bateaux</b>	<b>Coût de l'équipage pour une inscription anticipée</b>	<b>Coût de l'inscription régulière</b>	<b>Coût d'une inscription tardive</b>
<b>1 FOIS</b>	35 \$	40 \$	60 \$
<b>1X U15 et U19</b>	30 \$	35 \$	45 \$
<b>2X et 2-</b>	50 \$	55 \$	75 \$
<b>2X U15 et U19</b>	35 \$	40 \$	50 \$
<b>4X et 4+</b>	70 \$	80 \$	100 \$
<b>4X U15 et U19</b>	40 \$	50 \$	60 \$
<b>8+</b>	90 \$	100 \$	140 \$

(\*Les frais des fédérations nationale et provinciale sont ajoutés au moment de l'inscription, RCA (4\$ par siège) et AQA (2\$ par siège).

**LES SCRATCHS**

Tous les scratches déclarés après la date limite d'inscription initiale entraîneront des frais de 10 \$ chacun. Les scratches pourront être annoncés le jour de la compétition lors de la réunion des entraîneurs du matin. Tous les frais doivent être payés au comité organisateur en argent comptant immédiatement après la réunion. Toutefois, les scratches à des raisons médicales ne seront pas facturées et un billet du médecin sera exigé comme preuve.





## HORAIRE PRÉLIMINAIRE DE LA RÉGATE

Dans le but de bien rouler la journée et de rendre l'horaire des courses plus efficace, certains événements qui étaient auparavant proposés ont été retirés de l'horaire préliminaire. Cependant, si une équipe potentielle souhaite proposer un événement qui n'est pas actuellement au programme, n'hésitez pas à contacter la régata pour en faire la demande. Les coordonnées se trouvent au bas de ce document.

### CALENDRIER PRÉLIMINAIRE

Les vagues seront annoncées à la zone d'inscription et aux quais. Il est de la responsabilité des équipes de respecter les couloirs de la rivière et d'arriver à l'heure à la ligne de départ.

Heure	Activité
8h15	Ouverture du site
8h30	Rencontre des officiels
8h45	Reunion des coaches, ouverture de la commission de control
9h15	Les rameurs de la première vague doivent se diriger vers la commission de control
9h30	Départ de la première vague
9h45	Les rameurs de la deuxième vague doivent se diriger vers la commission de control
10h15	Départ de la deuxième vague
10h45	Les rameurs de la troisième vague doivent se diriger vers la commission de control
11h15	Départ de la troisième vague
11h45	Les rameurs de la quatrième vague doivent se diriger vers la commission de control
12h15	Départ de la quatrième vague
13h13	Cérémonie et fermeture de la régata <input type="checkbox"/>

L'horaire final sera publié le 7 juin à 17h au plus tard sur le site de la régata:



## HEURES DES DÉPARTS

#	Heure de départ	Code de catégorie	Description	Distance		
1.1	9h:30	U15M2X	2x Homme (U15–3km)	3km		
1.2		U15W2X	2x Femme (U15–3km)			
1.3		SrM1x	Skiff homme senior	5km		
1.4		SrM1xLWT	Skiff homme senior poids réglementaire			
1.5		MM1x	Skiff homme maître			
1.6		SrW1X	Skiff femme senior			
1.7		SrW1xLWT	Skiff femme senior poids réglementaire			
1.8		MW1X	Skiff femme maître			
1.9		U19M2x	2x Homme (U19)			
1.10		U19W2x	2x Femme (U19)			
2.1		10h:15	OM8+		8+ Homme senior	5km
2.2			USrM8+		8+ Homme universitaire	
2.3	NovM8+		8+ Homme universitaire novice			
2.4	RecMx8+		8+ Récréatif mixte			
2.5	SrW4+		4+ Femme senior			
2.6	SrW4x		4x Femme senior			
2.7	MW4x		4x Femme maître			
2.8	U19M4x		4x Homme (U19)			
2.9	U19W4x		4x Femme (U19)			
2.10	OM2-		2- Homme Open			
2.11	RecMx2x		2x Récréatif mixte			
3.1	11h: 15	U15M4x	4x Homme (U15-3Km)	3km		
3.2		U15W4x	4x Femme (U15-3Km)			
3.3		OW8+	8+ Femme senior	5km		
3.4		USrW8+	8+ Femme universitaire			
3.5		NovW8+	8+ Femme universitaire novice			
3.6		SrM2x	2x Homme senior			
3.7		MM2x	2x Homme maîtres			
3.8		OW2-	2- Femme Open			
3.9		U19M1x	1x Homme (U19)			
3.10		U19W1x	1x Femme (U19)			
4.1		12h:15	SrM4+		4+ Homme senior	5km
4.2			SrM4X		4x Homme senior	
4.3	MM4x		4x Homme maître			
4.4	RecMx4x		4x Récréatif mixte			
4.5	SrW2x		2x Femme senior			
4.6	MW2x		2x Femme maître			



## **COMPORTEMENT ET ESPRIT SPORTIF**

Les bénévoles du comité organisateur prennent au sérieux les politiques et les règles qui garantissent que la Tête de rivière des Nations se déroule avec intégrité, équité pour tous et toutes et sans préjudice, ni blessures. Le comité organisateur respectera toutes les règles, lois et politiques applicables des organes directeurs du sport de l'aviron ainsi que les exigences législatives des gouvernements du Québec et du Canada.

Toutes les informations fournies au comité organisateur de la Tête de rivière des Nations par les participants et les participantes à cette régates, que ce soit dans les inscriptions, les vidéos, les résultats ou toute autre information fournie, doivent être entièrement vraies.

### **CODE RCA TÊTE DE RIVIÈRE**

Les athlètes participants à la Tête de rivière des Nations acceptent de respecter les règles de RCA qui concernent les têtes de rivière. En s'inscrivant, les participants et les participantes reconnaissent avoir lu et accepté les règles de la régates.

### **INTÉGRITÉ DU SPORT**

Le comité organisateur s'oppose sans équivoque à la pratique de la tricherie, de la manipulation des compétitions et du dopage dans le sport. Toute tentative d'obtenir un avantage indu de la part d'un individu ou d'une organisation est interdite et peut entraîner une disqualification et d'éventuelles interdictions de futures compétitions.

### **SPORT SÉCURITAIRE**

Le comité organisateur croit que tout le monde dans l'aviron a le droit de profiter du sport à tous les niveaux de participation, et adhère à la politique de sport sécuritaire de RCA. Les athlètes, entraîneurs, arbitres et bénévoles ont le droit de participer à un environnement d'entraînement et de compétition sûr et inclusif, exempt de violences, de harcèlement ou de discrimination.



## **ENGAGEMENT ET ACCORD DU PARTICIPANT ET DE LA PARTICIPANTE**

Chaque participant et participante concourt entièrement à ses risques et périls, et confirme qu'il est en bonne santé et qu'il n'a aucun problème médical ou de santé qui pourrait mettre en danger ou limiter ses capacités tout en participant à l'événement.

### **PARTICIPANTS ET PARTICIPANTES MINEURS**

Les concurrents mineurs doivent avoir un parent ou un tuteur légal ou un entraîneur présent pendant une course.

### **COLLECTE DE DONNÉES ET UTILISATION DES RÉSULTATS, PHOTOS OU IMAGES**

Toute information personnelle est collectée pour les besoins des systèmes d'inscription, et ne sera utilisée par le comité organisateur que pour l'organisation de l'événement et à des fins de communication. Le comité organisateur et ses partenaires tiers sous contrat prendront toutes les mesures nécessaires pour protéger la confidentialité des informations personnelles. Les résultats, les photos et les images qui sont capturées ou créées lors de la régates, en participation sur place ou à distance, peuvent être reproduites, partagées ou transmises par les organisateurs du championnat à des fins appropriées pour la promotion et le développement du sport de l'aviron, sans identification ou compensation.

### **MÉDIAS SOCIAUX**

Les participants et les participantes ne violeront pas la vie privée de tiers, n'en prendront pas les droits de propriété intellectuelle ou ne divulgueront aucune information privée relative à une autre personne. Si un concurrent ou une concurrente publie des commentaires, des opinions et tout autre matériel, de quelque manière que ce soit, y compris sur les médias sociaux et numériques, sur ou en relation avec la régates, ils reconnaissent qu'ils peuvent en être tenus personnellement responsables, et sont les seuls responsables des conséquences de cette action



**régate tête des Nations**  
**Head of the Nations**  
**Sherbrooke 2024**

## COMITÉ ORGANISATEUR

**Président de la régata** : Nicolas Blanchette

Président du conseil d'administration du Club nautique de Sherbrooke

Le président de la régata est responsable de l'ensemble de la régata, à l'exception des tâches d'arbitrage et de sécurité qui relèvent de la responsabilité de l'arbitre en chef. Le président de la régata déléguera une grande partie de l'orchestration et de la supervision à son personnel. Le président de la régata et l'arbitre en chef travaillent ensemble pour garantir que les courses se déroulent équitablement, que la sécurité soit une priorité et que les événements soient exécutés en temps opportun. Les responsabilités du président de régata consistent à superviser l'organisation de tous les aspects de la régata incluant la coordination entre le juge-arbitre en chef et son staff, la délégation des tâches aux bénévoles, la mise en place du site et des horaires de course, la coordination des vagues, l'aménagement de l'accès aux installations et équipements avec la ville, obtenant la sécurité et les soins médicaux personnalisant, l'attribution de médailles, les communications avant et après la course et tous les autres détails.

**Juge-arbitre en chef** : Richard Cabana

Président, Aviron Lachine

Juge-arbitre d'aviron de niveau 3 (national)

**Représentante d'Aviron Québec** : Nadine Boutin

Directrice générale

**Représentant d'Aviron Québec** : Philippe Colas

Directeur sécurité, régates et sanction

Juge-arbitre d'aviron de niveau 5 (international)

**Conseiller sécurité** :

Ingénieur civil

**Conseiller médical** :



**régate tête des Nations**  
**Head of the Nations**  
**Sherbrooke 2024**

**Responsable des bénévoles :**

**Registraire et secrétariat :**

**Commandites**

Pour s'inscrire à titre de bénévole, il suffit de signifier son intérêt en écrivant à l'adresse courriel:

[admcssherbrooke@gmail.com](mailto:admcssherbrooke@gmail.com)



## ANNEXE 1

PHOTO 1 - VUE AÉRIENNE DU SITE DE LA RÉGATE





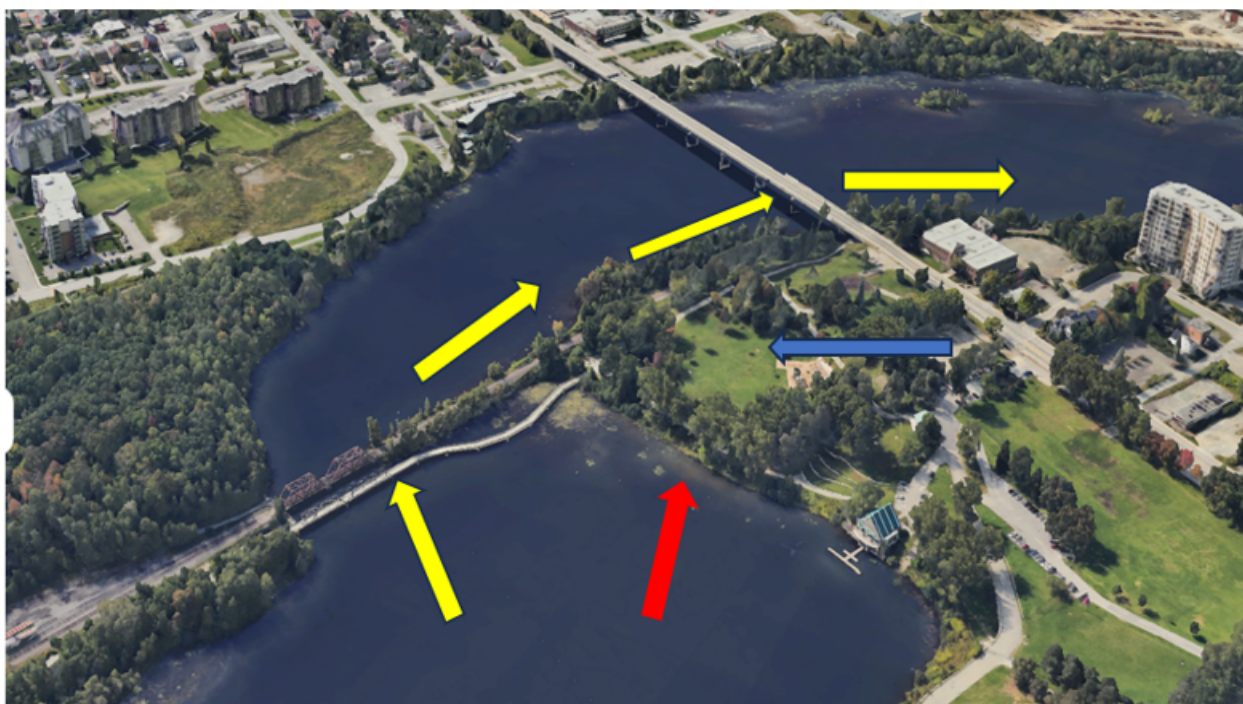
**régate tête des Nations**  
**Head of the Nations**  
**Sherbrooke 2024**







## ***STATIONNEMENT REMORQUES - ZONE DE LANCEMENT - MODÈLE DE CIRCULATION***





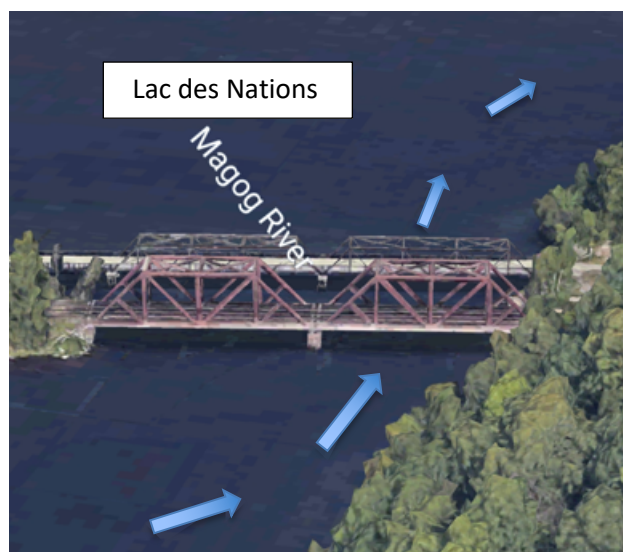
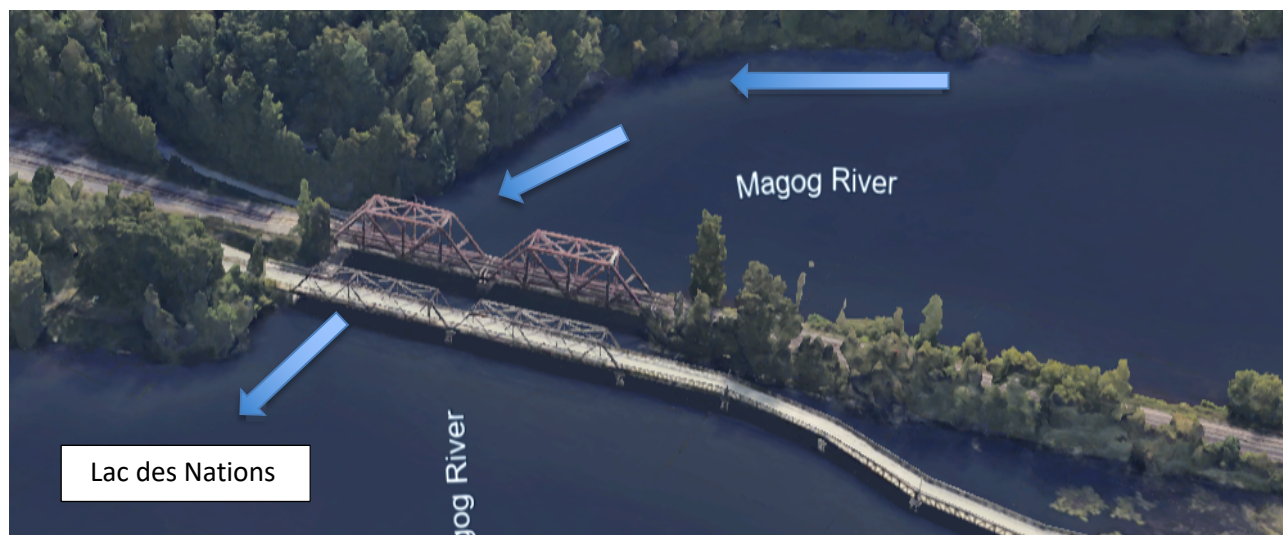
## ANNEXE 3

Photo 6a - Obstacles et refuges – Vue aérienne

### LE PONT NOIR FERROVIAIRE

 : couloir des participants aux épreuves.

RP - Aucun dépassement n'est pas permis sous le pont noir du chemin de fer à l'entrée du lac des Nations.





**régate tête des Nations**  
**Head of the Nations**  
**Sherbrooke 2024**



**PONT JACQUES-CARTIER**



## ***ANNEXE 4 - PROCÉDURES D'URGENCE***

Les procédures d'urgence suivant doit être utilisé comme guide en cas d'urgence pouvant survenir lors d'une régates sur le canal.

### **CONDITIONS MÉTÉOROLOGIQUES DÉFAVORABLES**

En cas d'alerte de météo défavorable, il sera demandé aux rameurs et rameuses d'apporter immédiatement leur bateau au quai le plus proche ou, dans le cas où aucun ne soit disponible, il leur sera demandé de se déplacer immédiatement vers la rive.

Appliquez la règle du 30/30

Soyez vigilants et sachez REGARDER EN HAUT ET REGARDER AUTOUR.

Recherchez un abri approprié lorsque vous comptez 30 secondes ou moins entre l'éclair et le coup de tonnerre.

Demeurez à l'abri pendant 30 minutes après le dernier coup de tonnerre.

### **ASSISTANCE MÉDICALE SUR LE SITE DE LA RÉGATE**

C'est à cet endroit que nous aurons une équipe médicale composée de professionnel de la santé (indiquée sur la photo ci-dessous). Il sera dans un kiosque facilement identifiable. L'équipe médicale doit être contactée pour toute urgence concernant un athlète, un bénévole ou un des membres du personnel. Si un transport par ambulance ou une assistance médicale supplémentaire sont nécessaires, cela sera coordonné par l'équipe médicale.

### **COLLISION / CHAVIREMENT**

Le bateau de sécurité déterminera si le(s) rameur(s) est (sont) physiquement capable(s) de remonter sur son (leur) bateau. Dans ce cas-là, et ce jusqu'à ce que l'équipe soit autonome, il devra s'assurer de la circulation sécuritaire des bateaux les suivant.

Si le(s) rameur(s) ne peut(vent) remonter dans son (leur) bateau, les mesures suivantes devront être prises :

- Le personnel d'urgence ou le 911 sera appelé.
- L'équipe sera assistée dans le bateau à moteur par ordre de priorité médicale.



**régate tête des Nations**  
**Head of the Nations**  
**Sherbrooke 2024**

- Les rameurs sans urgence médicale seront transportés vers le site de la régata.
- Les équipes ayant des problèmes médicaux seront transportées immédiatement au rendez-vous désigné selon les instructions du personnel médical.
- L'équipement superflu sera mis de côté si possible ou récupéré lorsque cela vous conviendra.

**LISTE DES CONTACTS D'URGENCE**

Urgence : 911

Président de la régata : Nicolas Blanchette: 819-580-4000

Coordonnateur de l'événement: Alex Ristic :

Responsable du site: Océane Marchand :

**Équipe médicale de la régata :**

Club nautique de Sherbrooke