

Association québécoise de voile adaptée (AQVA)

Siège social : 2025 rue Quesnel, suite 35, Montréal, H3J 2K9 - reservation@aqvaqc.com

FORMATIONS ET RÉGATES — SAISON 2023 DOCUMENT DE PRÉPARATION À L'ADRESSE DES MARINS, INSTRUCTEURS ET BÉNÉVOLES

Entraîneurs chefs :

- Thomas Harries, Chloé Duchesne

Marins régatiers :

- René Dallaire
- Hafsa Char
- Pierre-Yves Lévesque
- Marc Villeneuve
- Pierre Richard
- Basil Katsivalis
- Jean-Paul Dussault
- Martin-Pierre Pernicka
- Guy Bergeron
- Antoine Robert
- Ghada Al-Assad
- Victor Levy
- Eric Poirier
- Simon Hogue

Contenu de l'entente

1-Objectif.....	2
2-Avant de débiter la saison.....	2
3-Au début de la saison.....	2
3.1. Horaire des pratiques de course.....	3
3.2. Réservations.....	3
3.3. Prix.....	4
3.4. Objectifs de la saison 2019.....	4
4. Durant la saison.....	5
5. Pour et durant les régates à l'extérieur (Incluant la Coupe Mobilité).....	5
5.1. Frais d'inscription, d'hébergement et de transport.....	6
5.2. Calendrier des régates.....	6
6. À la fin de la saison.....	7
7. Annexe.....	8
Coordonnées de l'équipe.....	8

Association québécoise de voile adaptée (AQVA)

Siège social : 2025 rue Quesnel, suite 35, Montréal, H3J 2K9 - reservation@aqvaqc.com

FORMATIONS ET RÉGATES — SAISON 2023 DOCUMENT DE PRÉPARATION À L'ADRESSE DES MARINS, INSTRUCTEURS ET BÉNÉVOLES

1-Objectif

Il est important de nous préparer pour notre saison de voile. Cela s'adresse autant aux marins qu'aux instructeurs accrédités et aux bénévoles.

Pour faire de bons entraînements et de bonnes courses. Il est nécessaire que nos bateaux soient en excellente condition, que les marins participent activement, soient responsabilisés, bien formés et bien entraînés, que les bénévoles intéressés soient identifiés et intégrés et que les instructeurs soient prêts pour former les marins avec un programme et des objectifs clairs pour les aider au besoin et les entraîner adéquatement lors des régates.

2-Avant de débiter la saison

Les marins déjà identifiés comme des régatiers devraient bien se préparer à :

- Prendre connaissance et bien connaître les règles de course 2021-2024:
[http://www.sailing.org/tools/documents/WorldSailingRRS20172020-20946\].pdf](http://www.sailing.org/tools/documents/WorldSailingRRS20172020-20946].pdf);
- Pratiquer les règles sur internet : <http://game.finckh.net/indexf.htm>;
- Participer activement à la préparation de la mise en état des bateaux, à la mise en état des bateaux en mai et l'achat du matériel requis pour le faire (frais remboursables).

S'organiser personnellement

- **Avoir des vêtements suffisant pour la voile** (informez vous avec un instructeur, autre marin, internet.)
- en achetant possiblement ses propres voiles;
- en vérifiant l'état de son matériel personnel (veste de sauvetage, gants, etc.);
- en s'informant des dates des régates.

L'instructeur responsable des formations, identifié avant le début formel de la saison, devrait

- préparer ses formations;
- établir les règles et conditions de participation aux formations et régates (par exemple : un entraînement au minimum par semaine à moins de raison valide, être impliqué quant au maintien des bateaux en informant toute défectuosité remarquée).

3-Au début de la saison

En vue de bien débiter la saison de formations et de régates, il est souhaité de la part **des marins**

- de mobiliser des bénévoles (amis, connaissances proches);
- de participer à une réunion de début de saison de régates;

Association québécoise de voile adaptée (AQVA)

Siège social : 2025 rue Quesnel, suite 35, Montréal, H3J 2K9 - reservation@aqvaqc.com

FORMATIONS ET RÉGATES – SAISON 2023 DOCUMENT DE PRÉPARATION À L'ADRESSE DES MARINS, INSTRUCTEURS ET BÉNÉVOLES

- d'énoncer leurs objectifs, leurs intérêts et leurs possibilités de participation à des régates (Martin 16 et/ou 2.4, fréquence de formation, intérêt pour quelle régata, etc.).

L'instructeur responsable des formations doit de son côté

- informer les marins de ses objectifs et des formations planifiées;
- discuter avec les marins des règles et conditions de participation aux formations et régates;
- discuter avec les marins comment maintenir les bateaux en état (qui est responsable de quoi);
- savoir la disponibilité des autres instructeurs pour les régates et la communiquer;
- voir avec les marins l'horaire 2023 (entraînements, courses locales et extérieures);
- identifier les nouveaux marins potentiels et les intégrer.
- S'informer sur les divers handicaps de chaque marins et comment adapter les leçons de course.

3.1. Horaire des pratiques de course Pour l'été 2023, les entraînements se feront les lundis et mercredi soir, ainsi que le samedi matin. Afin de permettre à tous de participer et de s'entraîner à son niveau, une préférence sera donnée aux marins de la flotte argent qui pratiquent le lundi et aux marins de la flotte or le mercredi. Le samedi matin sera pour tous. Au besoin, une rotation se fera si plus de marins participent activement.

Lundi 17h00 – 20h00 **Mercredi** 17h00 – 20h00 **Samedi** 9h00 – 12h00

3.2. Réservations

Privée vous de appeler 514-694-8021 ou envoyer un message à aqvareservation@aqva.org

Afin de permettre à chaque marin de participer équitablement aux pratiques durant la saison, les instructeurs se donnent le droit de prioriser ceux ayant participé moins fréquemment au cours de l'été. De plus, il est possible de s'inscrire à toutes les pratiques de la semaine. Par contre, les marins de la classe or et argent seront priorisés sur leur journée de pratique respective.

3.3. Prix

Chaque pratique est au prix de **30\$** .

Association québécoise de voile adaptée (AQVA)

Siège social : 2025 rue Quesnel, suite 35, Montréal, H3J 2K9 - reservation@aqvaqc.com

FORMATIONS ET RÉGATES — SAISON 2023 DOCUMENT DE PRÉPARATION À L'ADRESSE DES MARINS, INSTRUCTEURS ET BÉNÉVOLES

3.4. Objectifs de la saison 2023

En début de saison, il est important pour chaque participant de réfléchir à ses objectifs, intérêts et possibilités de participer à des régates. Les marins doivent ainsi prendre le temps de remplir cette section du contrat. Il est ensuite préférable de partager le tout avec l'équipe et les instructeurs.

Objectifs personnels :

Intérêts personnels :

Régates possibles :

4. Durant la saison

Les marins se doivent

- de participer activement aux formations;
- de veiller au bon état du bateau qui lui sera attribué (aviser de bris ou défauts; participer aux réparations; le nettoyer);
- de mobiliser des bénévoles (amis, connaissances proches et autres) pour l'aider dans ses tâches, comme les régates à l'extérieur (entretien du bateau, son transport hors ville, etc.) ainsi que pour la Coupe du Québec.
- d'avoir suffisamment de vêtements pour s'entraîner en diverses conditions.

L'instructeur responsable des formations doit de son côté

- donner des formations personnelles et pertinentes;
- évaluer l'évolution des marins;
- s'informer sur les divers handicaps et adapter nos leçons pour s'assurer le succès du groupe
- assister les marins et les bénévoles pour le maintien des bateaux en état;
- coordonner les instructeurs et les bénévoles pour les régates locales et extérieures (préparation des bateaux, qui y va et pour quelle régate, transport des bateaux, etc.).

Association québécoise de voile adaptée (AQVA)

Siège social : 2025 rue Quesnel, suite 35, Montréal, H3J 2K9 - reservation@aqvaqc.com

FORMATIONS ET RÉGATES — SAISON 2023 DOCUMENT DE PRÉPARATION À L'ADRESSE DES MARINS, INSTRUCTEURS ET BÉNÉVOLES

5. Pour et durant les régates à l'extérieur (Incluant la Coupe Mobilité)

Les marins participants aux régates à l'extérieur doivent participer à l'organisation que cela exige. Les marins devraient, selon leurs moyens et leurs habilités,

- prendre charge d'un bateau et l'organiser pour être prêt au transport;
- s'assurer du bon état du bateau et de la remorque qui lui seront attribués (aviser de bris ou défauts; participer aux réparations; le nettoyer);
- mobiliser des bénévoles (amis, connaissances proches et autres) pour l'aider dans ses tâches et pour le transport hors ville des bateaux;
- requérir et organiser l'assistance nécessaire sur place;
- participer activement à la préparation du bateau sur le site de la régate, son gréement, sa mise à l'eau et sa sortie de l'eau, son dégréement à la fin de la régate (le party suivra...).
- préparer et s'assurer d'avoir tout son matériel personnel avant le départ pour la régate (ex : électronique, courroies de sécurité, coussins, etc.)

** les propriétaires privés de bateaux sont invités à prêter leur bateau à un marin de l'AQVA dans la classe dans laquelle ils ne participent pas.*

Autrement, les marins feront de leur mieux, tenteront de gagner et auront du plaisir!

Le ou les instructeur(s) accompagnant les régatiers doivent

- assister les marins et les bénévoles;
- participer activement à la préparation des bateaux et des remorques (avant le départ et une fois sur le site de la régate);
- si requis, solliciter des bénévoles pour le transport des bateaux;
- accompagner et aider les marins sur place;
- instruire et conseiller les marins sur place.

5.1. Frais d'inscription, d'hébergement et de transport

Les marins assument leurs frais d'inscription et de participation aux régates, leur frais d'hébergement et de transport. Il est possible de partager des moyens de déplacement et des lieux d'hébergement économiques entre marins, instructeurs et bénévoles. Coordonnez-vous!

L'AQVA remboursera des frais de déplacements et d'hébergement pour les instructeurs et les bénévoles. Ces frais se doivent d'être les plus économiques possibles! Exemples:

- facture d'essence si une automobile est utilisée (on ne rembourse pas au KM),
- facture d'autobus (pas de taxis), - facture de repas (maximum de 55 \$ par jour),
- frais d'hébergement dans un collège, chambre partagée le plus possible,

Association québécoise de voile adaptée (AQVA)

Siège social : 2025 rue Quesnel, suite 35, Montréal, H3J 2K9 - reservation@aqvaqc.com

FORMATIONS ET RÉGATES — SAISON 2023 DOCUMENT DE PRÉPARATION À L'ADRESSE DES MARINS, INSTRUCTEURS ET BÉNÉVOLES

- aucun frais d'hébergement remboursé si camping sur site ou sur un bateau prêté!

* *Il est souhaité que les marins contribuent quelque peu aux frais selon leurs moyens en contribuant directement à l'AQVA.*

** *Le temps de travail des instructeurs est reconnu par un maximum de 7 heures par jour.*

5.2. Calendrier des régates

Juillet 8 -9 2023: *National Capital Cup* (Martin 16), Nepean Sailing Club, ON
<https://nsc.ca/web2/racing/nccup/>

29-30 juillet 2023: *Coupe du Québec* (Martin 16), AQVA/Pointe-Claire Yacht Club, QC
<https://www.aqva.org/fr/coupe-du-quebec>

27-31 août 2023: *Mobility Cup 2023* (Martin 16), Toronto , Ontario, Canada
<http://www.mobilitycup.com/>

19 août 2023: *Régate pour l'AQVA en mémoire de Patrick Flaherty* (Bateau libre), Dorval, Québec, Canada
<https://www.regatepourlaqva.org/fr>

6. À la fin de la saison

En vue de bien terminer la saison de formations et de régates, il est souhaité de la part **des marins** :

- de faire un retour sur leurs objectifs, leurs intérêts de début de saison et de noter le tout afin de conserver ses notes pour la saison de voile prochaine;
- d'émettre des commentaires et des recommandations sur le déroulement de l'été afin d'améliorer le programme pour l'année prochaine;
- de s'informer sur les séminaires et formations possibles durant l'hiver.

Participer activement à diverses tâches et aux activités comme

- le nettoyage des bateaux avant leur rangement;
- la préparation de la mise en état des bateaux pour leur rangement en hiver.

L'instructeur responsable des formations doit de son côté :

- faire un retour sur les objectifs des marins afin de les guider vers de nouveaux objectifs pour la saison de voile prochaine;

Association québécoise de voile adaptée (AQVA)

Siège social : 2025 rue Quesnel, suite 35, Montréal, H3J 2K9 - reservation@aqvaqc.com

FORMATIONS ET RÉGATES – SAISON 2023 DOCUMENT DE PRÉPARATION À L'ADRESSE DES MARINS, INSTRUCTEURS ET BÉNÉVOLES

- prendre en note les commentaires et les recommandations des marins sur le déroulement de l'été afin d'améliorer le programme pour l'année prochaine;
- organiser des séminaires et formations pour l'hiver, si possible;
- garder contact avec les marins pour les informer d'éventuels séminaires et formations possibles durant l'hiver.

Association québécoise de voile adaptée (AQVA)

Siège social : 2025 rue Quesnel, suite 35, Montréal, H3J 2K9 - reservation@aqvaqc.com

FORMATIONS ET RÉGATES – SAISON 2023 DOCUMENT DE PRÉPARATION À L'ADRESSE DES MARINS, INSTRUCTEURS ET BÉNÉVOLES

ex:

August 2015						
Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
26	27	28	29	30	31	1
						LAKE CHAMPLAIN MARTIN16 INVITATIONAL
2	3	4	5	6	7	8
LAKE CHAMPLAIN MARTIN16 INVITATIONAL						JOHN FARRELL REGATTA
9	10	11	12	13	14	15
JOHN FARRELL REGATTA						
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	1	2	3	4	5