

Bulletin CKQ

Le 1er mai 2012

Message de la coordonnatrice

Dans le cadre du mois des entraîneurs, il y a différents cours et conférences, regardez l'horaire ci-bas pour informer vos membres. Cette année, CKQ a signé des ententes avec 3 hôtels de Montréal, pour les essais et les provinciaux, les tarifs sont intéressants.

Dans ce numéro

- 1 Message de la coordonnatrice
- 1 Le mois des entraîneurs
- 1 Site Web
- 1 Visite de club

- 2 Date de formation ELCC
- 2 Hôtels
- 3 Événements à venir

Le mois du développement des entraîneurs

Vous pouvez prendre connaissance des ateliers de votre région en consultant le [calendrier des ateliers](#) de CKC.

Les trois premiers mardis de mai, à 13 h, heure de l'Est, Peter Niedre sera l'hôte des ateliers en ligne. Ces ateliers se tiendront par branchement Adobe, veuillez l'envoyer à pniedre@canoekayak.ca pour l'enregistrement. Voici le calendrier :

- Mardi, le 8 mai (**20 h**) – Hé les jeunes, êtes-vous prêts pour le défi? Suggestions pour développer des habiletés de canotage dès l'enfance. LA Schmidt, et Peter Niedre
- Mardi, le 15 mai (13 h) – « Amélioration de la maîtrise de soi chez l'athlète » par Dr. Brad Young
- Mardi, le 22 mai (13 h) – Amélioration de la planification de l'exercice et du microcycle ainsi que l'apprentissage dans un environnement d'entraînement.

À chaque semaine, on présente le profil de l'un de nos meilleurs entraîneurs sur [YouTube](#). Pour toutes suggestions, faites les parvenir par courriel à pniedre@canoekayak.ca.

**Informez vos futurs
instructeurs de club des
dates de nos
formations.**

Site web

Le site de CKQ est maintenant fonctionnel : canoekayakquebec.com

Visite de club

La visite dans les clubs se fera encore cette année. Si vous êtes intéressé, svp m'envoyez un courriel.

Date de la prochaine formation au Québec.

Événements	Date	Lieu
ELCC	26-27 mai 2012	Lachine

Inscriptions

christinegranger@sympatico.ca. Les places sont limitées.

Hôtels :

Pour les essais Nationaux

Delta	Occ.simple et double	129\$/nuit
Réservations 1-800-268-1133	Groupe national trials	Numéro du groupe #A20618
777rue université, mtl H3C 3Z7	#hôtel : 514-879-1370	

Cantlie suites	Occ.simple et double	119\$/nuit
Réservations 1-800-567-1110	Groupe CKQ Nationaux	
1110 sherbrooke west, mtl	#hôtel : 514-842-2000	*cuisinette *annulation 72hrs

Novotel	Occ.simple et double	135\$/nuit
Réservations 514-871-2138	Groupe CKQ national trials 2012	
1180 rue de la Montagne	#hôtel : 514-861-6000	

Hôtels provinciaux MTL :

Delta	Occ.simple et double	104\$/nuit
Réservations 1-800-268-1133	Groupe championnat provincial	Numéro du groupe #A20801P
777rue université, mtl H3C 3Z7	#hôtel : 514-879-1370	

Cantlie suites	Occ.simple et double	119\$/nuit
Réservations 1-800-567-1110	Groupe CKQ Provinciaux 2012	
1110 sherbrooke west, mtl	#hôtel : 514-842-2000	*cuisinette

Novotel	Occ.simple et double	119\$/nuit
Réservations 514-871-2138	Groupe CKQ provinciaux 2012	
1180 rue de la Montagne	#hôtel : 514-861-6000	

Événements à venir

- 4 au 6 mai Essas nationaux 1 Lake Lanier, USA
- 26 et 27 mai ECPN Lachine
- 16 juin AGA – CKQ Trois-Rivières
- 22 au 24 juin Essas nationaux 2 Montréal
- 30 juin Régate régionale Cartierville
- 7 juillet Régate régionale Lachine
- 7 juillet Régate régionale Lac Sergent
- 14 juillet Régate régionale Otterburn
- 14 juillet Régate régionale Trois-Rivières
- 14 juillet Régate régionale Viking
- 21 juillet Régate régionale Cascade
- 21 juillet Régate régionale Lac Beauport
- 28 juillet Régate Provinciale Shawinigan
- 1^{er} août FERMETURE DE PADTRAC MINUIT
- 3 au 5 août Provincial midget+ Montréal
- 8 août Fermeture inscriptions nationaux
- 11 et 12 août Provincial bantam- Sherbrooke
- 22 au 25 août National midget+ Dartmouth
- 26 août CanMas Dartmouth

Coordonnées

Directrice au développement et coordonnatrice aux compétitions provinciales

Christine Granger/ christinegranger@sympatico.ca

514 434-5202

Association Québécoise de canoe-kayak de vitesse

4545 Pierre-de-Coubertin

CP 1000 succ M

Montréal Qc H1V-3R2

Directeur technique : Jean Guy Lahaie

directeur.technique@aqckv.qc.ca

514 252-3086

MAI 2012						
L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	<u>26</u>	<u>27</u>
28	29	30	31			

JUIN 2012						
L	M	M	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	<u>16</u>	17
18	19	20	21	<u>22</u>	<u>23</u>	<u>24</u>
25	26	27	28	29	<u>30</u>	

JUILLET 2012						
L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	<u>7</u>	8
9	10	11	12	13	<u>14</u>	15
16	17	18	19	20	<u>21</u>	22
23	24	25	26	27	<u>28</u>	29
30	31					

AOÛT 2012						
L	M	M	J	V	S	D
		<u>1</u>	2	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>
6	7	<u>8</u>	9	10	<u>11</u>	<u>12</u>
13	14	15	16	17	18	19
20	21	<u>22</u>	<u>23</u>	<u>24</u>	<u>25</u>	<u>26</u>
27	28	29	30	31		