

## ÉVÉNEMENT « LA TRAVERSÉE DU LAC TREMBLANT » 2019 MONT-TREMBLANT

Trois distances, 500 nageurs, 100 kayakistes et un magnifique lac. L'événement de trois jours accueillera trois distances; 1 km, 3 km et le joyau du week-end, la traversée du lac Tremblant (12 km). Une expédition où le défi est élevé et mesuré, et dont la réussite est accordée à quelques nageurs expérimentés. C'est une aventure épique. C'est la nage de toute une vie. C'est la Traversée du lac Tremblant.

**Vidéo promotionnelle :** <https://www.youtube.com/watch?v=QxCoVo83rMU>

**Dates :**

- 2, 3 et 4 août 2019

**Lieu de la compétition :**

Village de la Traversée PINACLE | Pure Tremblant

Lieu d'accueil et de rassemblement des exposants, des athlètes, leurs accompagnateurs et des spectateurs situé sur le chemin de la Chapelle à même le Centre de villégiature Tremblant.

**Bureau de direction :**

- André Soulières : (819) 430-6446
- Adresse courriel : [andre@traverseelactremblant.ca](mailto:andre@traverseelactremblant.ca)
- Site internet : <https://www.traverseelactremblant.ca>

**Organisation :**

- Directeur général : André Soulières, [andre@traverseelactremblant.ca](mailto:andre@traverseelactremblant.ca)
- Directeur de rencontre : Daniel Leduc, [daniel@traverseelactremblant.ca](mailto:daniel@traverseelactremblant.ca)
- Responsable des inscriptions : Caroline Charland, [caroline@traverseelactremblant.ca](mailto:caroline@traverseelactremblant.ca)
- Inscriptions en ligne sur MS1 : <https://www.ms1inscription.com/traverseelactremblant>
- Responsable des bénévoles : Anne-Marie Béliveau, [anne-marie@traverseelactremblant.ca](mailto:anne-marie@traverseelactremblant.ca)
- Responsable des officiels : Daniel Leduc, [daniel@traverseelactremblant.ca](mailto:daniel@traverseelactremblant.ca)

**Durée de la compétition :**

- 3 jours

**Sanction :**

- L'événement est sanctionné par la Fédération de natation du Québec (FNQ).

**Règlements :**

- Selon Les règlements du comité organisateur La Traversée du lac Tremblant et ceux de la Fédération de natation du Québec et de Natation Canada
- Toutes les épreuves suivent le règlement ou la sanction amateur du guide technique de natation en eau libre.

**Femmes :** 11 ans et plus

**Hommes :** 11 ans et plus

- **IMPORTANT :** L'âge d'un nageur est déterminé par son âge à la journée de la compétition.

**Épreuves offertes :**

- 1 km (150 nageurs) 11 ans et plus
- 3 km (250 nageurs) 14 ans et plus
- 12 km (100 nageurs) 18 ans et plus

**Parcours :**

- 1 km et 3 km:  
<https://www.traverseelactremblant.ca/wp-content/uploads/2019/03/parcours-1km-3km-traversee-2019.pdf>
- 12 km :  
<https://www.traverseelactremblant.ca/wp-content/uploads/2019/03/parcours-12km-traversee-2019.pdf>

**Format :**

- Épreuves finales contre la montre sur une boucle fermée de 1km et 3 km
- Le 12 km, épreuve finale contre la montre, c'est la traversée du lac Tremblant, un parcours ouvert

**Admissibilité des nageurs**

- Les nageurs de 11 ans et plus peuvent participer à l'épreuve individuelle du 1 km
- Les nageurs de 14 ans et plus peuvent participer à l'épreuve individuelle du 1 km **ou** 3 km
- Les nageurs de 18 ans et plus peuvent participer aux épreuves individuelles du 1 km **ou** 3 km **et** 12 km

**Frais de participation (non-remboursable):**

- 12 km = jusqu'au 28 février 125 \$, jusqu'au 30 avril 145\$, jusqu'au 30 juin 175 \$
- 3 km = jusqu'au 31 mars 60 \$, jusqu'au 30 avril 75 \$, jusqu'au 30 juin 95 \$
- 1 km = jusqu'au 30 juin 45 \$
- 12 \$ pour l'adhésion par événement - membre individuel, pour un participant n'étant pas membre de la FNQ (voir formulaires)

**Inscription :**

- Pour le **12 km**, remplir la demande d'inscription pour approbation sur le site web de l'événement : <https://www.traverseelactremblant.ca/#inscription> Lorsqu'approuvée un courriel est envoyé à l'athlète avec le lien d'inscription au 12 km.
- Pour le **3 km et 1 km**, s'inscrire : <https://www.traverseelactremblant.ca/#inscription>

**Formulaires**

- FORMULAIRE D'ADHÉSION PAR ÉVÉNEMENT – MEMBRE INDIVIDUEL - si non membre de la FNQ :  
<http://www.fnq.qc.ca/wp-content/uploads/Adhésion-par-événement-membre-individuel.pdf>
- CONSENTEMENT ÉVÉNEMENT NATATION EN EAU LIBRE - Tous les participants :  
<http://www.fnq.qc.ca/wp-content/uploads/consentement-eau-libre.pdf>



### Déroulement de la compétition

- Chaque nageur portera une puce pour le chronométrage électronique.
- Le départ du 1 km et du 3 km se fera à partir du Parc plage de la plage du lac Tremblant.
- Le départ du 12 km se fera dans l'eau à partir de la Baie aux ours
- Un casque de bain numéroté sera fourni et devra être porté par chaque nageur.
- Au 12 km, chaque kayak sera identifié avec le nom du participant et son numéro d'athlète.
- Il est interdit d'obstruer un autre nageur. Les nageurs doivent se tenir à l'écart des autres nageurs.
- Un nageur qui se tient debout sur le fond pendant une course ne sera pas disqualifié mais il n'a pas le droit de marcher ni de sauter. Un nageur ne peut recevoir de support d'un objet fixe ou flottant et ne doit toucher ou être touché par une autre personne.
- Pour le 12 km, le ravitaillement peut se faire à l'aide d'une perche ou de main à main avec son kayakiste.
- Un nageur qui abandonne la compétition devra se rapporter immédiatement à un sauveteur.
- Chaque nageur est responsable d'apporter ses vêtements chauds, couvertures etc...
- Des juges de virage seront en poste à tous les virages (bouées).
- Un service de sécurité et de premiers soins seront sur place.

### Système de Chronométrage électronique :

- Puce électronique de MS1

### Horaire de la compétition :

- <https://www.traverseelactremblant.ca/wp-content/uploads/2019/01/Horaire-traversee-2019.pdf>
- Les réunions techniques auront lieu au Village de la Traversée. Tous les nageurs et entraîneurs sont tenus d'y participer.

### Récompenses :

- 12 km –  
Tous les participants finissants recevront une médaille  
Pour les 3 premières places Hommes et Femmes, une plaque et trophée seront remis
- 3 km –  
Pour les 3 premières places Hommes et Femmes, 50 ans et plus, une médaille sera remise  
Pour les 3 premières places Hommes et Femmes, 26-49 ans, une médaille sera remise  
Pour les 3 premières places Hommes et Femmes, 18-25 ans, une médaille sera remise.  
Pour les 3 premières places Hommes et Femmes, 14-17 ans, une médaille sera remise.
- 1 km –  
Pour les 3 premières places Hommes et Femmes, 50 ans et plus, une médaille sera remise  
Pour les 3 premières places Hommes et Femmes, 26-49 ans, une médaille sera remise  
Pour les 3 premières places Hommes et Femmes, 18-25 ans, une médaille sera remise.  
Pour les 3 premières places Hommes et Femmes, 15-17 ans, une médaille sera remise.  
Pour les 3 premières places Hommes et Femmes, 13-14 ans, une médaille sera remise.  
Pour les 3 premières places Hommes et Femmes, 11-12 ans, une médaille sera remise.

### Autres informations

- Une collation est prévue pour les nageurs à la fin de leur épreuve.