



Club de Compétition Mont Blanc  
Guide d'information pour les parents et coureurs

***Saison 2018 – 2019***

## *Introduction*

Le Club de Compétition Mont Blanc (« Club ») offre des programmes de compétition complets pour les filles et les garçons âgés de 6 à 18 ans.

Le Club est un organisme sans but lucratif responsable de la gestion des programmes de compétition de ski alpin. Plus particulièrement, le Club est responsable : des inscriptions, des plateaux d'entraînement, des courses, de l'organisation de compétitions à la station, des camps d'entraînement, de l'achat de matériel, de la mise sur pied d'activités sociales ainsi que de la gestion et la formation des entraîneurs, de l'embauche, de la rémunération et de la rétention de ceux-ci. La sélection des plateaux, les activités sur neige et hors neige et les événements organisés par le Club se déroulant au Mont-Blanc sont gérés conjointement entre le Club et le Mont-Blanc.

## *La Mission*

Le Club a pour mission d'offrir aux athlètes un environnement sportif, créatif et positif favorable au développement du ski alpin de compétition dans un milieu sécuritaire et sain.

## *La Vision*

Le Club se veut ouvert et en évolution, et met en place des programmes diversifiés offerts par des entraîneurs compétents et des bénévoles engagés. L'athlète est au sommet de la pyramide **et le ski est une passion et doit toujours rester un jeu.**

## *Les Valeurs*

- Respect
- Engagement
- Persévérance

## *Les Principes*

- Le respect des autres, dans la vie comme dans le sport
- Être engagé dans son sport :
  - Être à l'heure
  - Être attentif
  - S'appliquer à bien exécuter les consignes
- Ne pas se décourager et faire preuve de :
  - Résilience
  - Courage
  - Capacité à surmonter les obstacles/défis

## Objectifs

Le Club a pour objectif de développer des skieurs polyvalents et intelligents, c'est-à-dire :

- ✦ Fournir un environnement sain permettant le développement des coureurs en tant qu'athlètes et sportifs;
- ✦ Développer l'esprit d'équipe, l'autocritique, l'autonomie;
- ✦ Aider les athlètes à gérer leur stress et les moments d'angoisse;
- ✦ Apprendre aux athlètes à vivre le moment présent, à se concentrer sur la tâche;
- ✦ Contribuer au développement du plein potentiel des athlètes;
- ✦ Offrir différents encadrements selon l'engagement familial, l'engagement scolaire et les objectifs de chacun;
- ✦ Développer de saines habitudes de vie, bien manger, bien dormir, s'hydrater ainsi que concilier sports et études.

## Code de conduite du Club et comité de discipline

En joignant le Club de Compétition Mont Blanc, les coureurs et les parents acceptent de se conduire selon le code de conduite et les règles définies par le Club et par la station de ski du Mont-Blanc. En complétant les formulaires d'inscription, les coureurs et les parents seront réputés avoir lu et compris les codes de conduite en vigueur. Ces codes de conduite peuvent être consultés en tout temps sur le site internet du Club. L'entraîneur-chef et le conseil d'administration sont responsables de faire appliquer les codes de conduite.

## Groupes d'âges

Le Club offre des programmes de développement en fonction des groupes d'âges et des niveaux suivants :

Niveau	Année de naissance
U8-6 ans	2012
U8	2011
U10	2009-2010
U12	2007-2008
U14	2005-2006
U16	2003-2004
U18	2002 et plus

Les programmes U6 (4 et 5 ans) sont administrés et offerts par l'École de neige du Mont-Blanc.

Le Club se réserve le droit de changer un coureur de catégorie pour une période indéterminée et/ou d'exiger des parents que le coureur suive des cours de perfectionnement si ceci est jugé requis par le Club pour permettre le développement du coureur dans un environnement sécuritaire et adapté à ses habiletés en ski. Le Club pourrait également décider que le coureur ne pourra prendre part à une course si ce dernier court un risque jugé trop grand.

Au besoin et à la discrétion de l'entraîneur-chef, un athlète de 6 ans pourra s'entraîner avec les coureurs de 7 ans. La maturité du coureur est le premier critère de décision, ensuite la vitesse. Dans le cas inverse, un coureur de 7 ans pourra s'entraîner avec des coureurs de 6 ans si jugé favorable pour son développement par les entraîneurs.

Pour les programmes réguliers, les groupes seront formés dans l'objectif d'avoir un ratio de 1 entraîneur pour 8 coureurs pour les catégories U10 à U16. Pour les catégories U8, l'objectif est de 1 entraîneur pour 6 coureurs et pour les U18, le ratio dépendra du nombre de coureur inscrits. Il est important de noter que le Club se réserve le droit de former des groupes avec des ratios différents, à sa propre discrétion et sans consultation des parents, lorsque jugé adéquat ou nécessaire dans le meilleur intérêt des coureurs.

Tous les coureurs U18 et + doivent faire partie d'un circuit FIS. Le CCMB supporte tous les coureurs inscrits au circuit FIS provincial (ENL FIS). Les coureurs voulant participer au circuit de la Super Série FIS devront être rencontrés par l'Entraîneur-chef et seront traités au cas par cas. En fonction du nombre de coureur inscrit, le CCMB ne s'engage pas à supporter les coureurs de la Super Série FIS.

## Horaires d'entraînement

Le calendrier de base de la saison 2018-2019 est établi comme suit:

GROUPE	NB JOURS	DATES DU PROGRAMME	HEURES	ENTRAÎNEMENT
D'ENTRAÎNEMENT				
<b>U8 – 6 ANS</b>	34 jours	15 décembre – 24 mars		Sam : 9h15 – 14h45 Dim : 9h15 – 12h00
<b>U8 – 7 ANS</b>	35 jours	9 décembre – 24 mars		9h15 – 14h45
<b>U10</b>	38 jours	2 décembre – 24 mars		9h00 – 15h00
<b>U12 – U18</b>	42 jours	1 <sup>er</sup> décembre – 31 mars		9h00 – 15h00

Des entraînements ont lieu à toutes les fins de semaine à partir de la date indiquée ci-dessus. Pendant la période des fêtes, il y a des entraînements à tous les jours du 26 décembre au 30 décembre et du 2 janvier au 6 janvier (sauf pour les U8 : du 3 au 6 janvier). Voir le calendrier 2018-2019 pour plus de détail.

Une journée type de fin de semaine comporte 5 heures d'entraînement. Elle débute à 8h45. Les athlètes sont invités à se rendre au point de rencontre pour débiter leur échauffement et activation. L'entraînement débute à 9h00 avec la première remontée et se termine à 15h00. Une certaine flexibilité est requise pour les fins de journées en fonction des plateaux et de la météo. Une pause d'une (1) heure est prévue pour le dîner. Cet horaire offre aux familles et aux athlètes le temps le matin pour se préparer et se regrouper et pour permettre aux entraîneurs de bien planifier et organiser les journées d'entraînement.

L'heure du dîner est fixe pour tous les U8 et U10 à 12h00. Pour les U12 et plus vieux, les heures des plateaux d'entraînement pourront varier d'un week-end à l'autre ainsi, les heures de dîner pourront être à 11h00 ou à 12h00.

**Important :** *Le premier week-end d'entraînement, les parents des coureurs âgés de 6 et 7 ans devront être disponibles en tout temps pour leurs enfants dans le cas où les entraîneurs en feraient la demande.*

Deux points de rencontre sont prévus et seront confirmés par les entraîneurs en début de saison:

- En face de la Jungle Magique (versant Mont Blanc) et
- Au sommet de la montagne (versant Mont Blanc)

L'horaire de chaque week-end sera publié sur le site internet du Club. Il est important de consulter cet horaire sur une base régulière avant le week-end et également durant le week-end. Voir le calendrier complet 2018-2019 pour plus de détails.

*À noter qu'à tout moment durant la saison, la fermeture du Mont-Blanc entraîne l'annulation de la journée d'entraînement. Les journées annulées ne seront pas reprises.*

## ***Respect des horaires et équipements***

Il est important pour tous de respecter les horaires prévus pour les entraînements et lors des journées de courses. Toute absence doit être communiquée à l'entraîneur au préalable. Il est important de noter qu'il y a des frais de participation aux courses basés sur la liste des coureurs inscrits. Pour éviter des frais inutiles pour le Club, SVP aviser les entraîneurs qui feront retirer les coureurs des listes.

Pour permettre à tous de profiter pleinement de la journée d'entraînement, les groupes d'entraîneurs et d'athlètes ne peuvent se permettre d'attendre les retardataires et changer leur programme de la journée en fonction de ceux-ci. Après 9h00 le matin (ou 9h15 pour les U8), il sera donc de la responsabilité des parents de retrouver les groupes sur la montagne afin que les athlètes en retard puissent rejoindre leur groupe en toute sécurité.

Pour des raisons de sécurité, les entraîneurs se réservent le droit de refuser à un athlète de prendre part à un parcours d'entraînement ou à une course si :

- Un coureur ne se présente pas avec l'équipement approprié et adéquat pour l'événement. Le prêt d'équipement entre coureurs n'est pas souhaitable et reste à l'entière discrétion du prêteur de l'équipement;
- Le coureur n'est pas prêt physiquement ou mentalement ou s'il met à risque sa propre sécurité ou celle des autres par son comportement.

Tous les athlètes devront avoir "obligatoirement" complété les exercices d'échauffement et d'activation demandés par l'entraîneur avant de s'élancer dans un parcours.

Un adulte responsable doit être facilement joignable et disponible pour prendre en charge son enfant dans un délai maximum de 15 minutes dans le cas où un entraîneur ou un responsable du Club en fait la demande.

Avant le début et après la fin des entraînements de même que sur les heures de lunch, les coureurs sont sous la responsabilité des parents.

## *Programme à la carte, camps et autres options*

Le Club offre plusieurs options de journées additionnelles d'entraînement pour les coureurs U12 et plus vieux (l'entraîneur-chef pourra accepter à sa discrétion des coureurs plus jeunes dans certains entraînements optionnels). Pour tous les programmes optionnels, les ratios visés sont de 1 entraîneur pour 6 à 8 coureurs.

- Les **Vendredis**. Cette option permet d'ajouter jusqu'à quatorze (14) journées (vendredis) supplémentaires d'entraînement débutant en décembre.
- Entraînements de **Soirée les jeudis**. Cette option permet d'ajouter 6 à 7 entraînements supplémentaires débutant en janvier. Les entraînements en soirée sont offerts au Mont Habitant, **de 15h30 à 20h**.
- **Un à deux (1 à 2) camps de vitesse** de deux (2) jours organisés en fonction du calendrier de la DLS et des pistes disponibles à Mont-Blanc.
- Deux (2) **camps de relâche** scolaire dont un à la fin février et l'autre au début mars;
- d'autres journées de semaine pourront s'ajouter sur la base des **journées pédagogiques** des calendriers scolaires ou à la demande.

Toutes les journées d'entraînement ou de course qui pourraient avoir lieu après la fin du calendrier régulier du Club sont considérées comme des journées d'entraînement à la carte.

## Nouvelle politique – journées à la carte

Afin de faciliter la gestion des journées à la carte et assurer aux coureurs la meilleure qualité d'entraînement possible, une nouvelle politique est mise en place à compter de cette année.

### **Sans exception, pour toutes les journées à la carte (principalement les vendredis et les relâches scolaires), voici désormais les procédures à suivre :**

- Les journées à la carte disponibles seront affichées sur le site web du Club en début de saison. Selon la demande et selon les disponibilités des entraîneurs, des journées additionnelles pourront être ajoutées lorsque possible;
- L'inscription de chaque coureur devra être effectuée en ligne au maximum 48 heures (2 jours) avant l'évènement;
- Le nombre de places sera limité en fonction du nombre d'entraîneurs disponibles;
- Le paiement se fera en ligne au moment de l'inscription;
- Suivant l'inscription, un billet de confirmation vous sera envoyé – ceci est votre preuve d'inscription à apporter lors de l'entraînement;
- Toutes les réservations sont **non remboursables, sans exception**. Par contre, elles peuvent être transférées à un autre coureur éligible pour les jours à la carte, soit U12 et +. Pour être valable, ce coureur devra se présenter le matin même de l'entraînement avec la confirmation reçue du coureur cédant sa place;
- Dans les cas où une journée à la carte devait être annulée par le Club pour cause de mauvaise température ou manque de coaches, les montants payés pourront être transférés à une autre journée ou remboursés aux familles;
- Le coût pour les jours à la carte sera comme suit, excluant les frais de remontée:
  - **650\$ pour l'achat des 14 vendredis à la carte**, confirmé et payé au plus tard le **1<sup>er</sup> décembre 2018, par chèque, au CCMB**;
  - **50\$/jour pour achats à la carte réservés en ligne**, plus les frais d'administration chargés par l'intermédiaire bancaire.
  - **70\$ payable le matin-même** de façon obligatoire, si réservation moins de 48 heures avant l'évènement et sur **acceptation préalable obligatoire** par l'entraîneur-chef, et ce **seulement si des places sont toujours disponibles**.
- Les coûts pour les camps de vitesse, les entraînements en soirée à Mont Habitant ainsi que les journées à la carte présaison seront déterminés à une date ultérieure, en fonction du nombre de participants ainsi que des coûts externes au CCMB.

Afin d'avoir le nombre minimum de coureurs pour la tenue des entraînements optionnels, selon l'offre et la demande, le Club pourra inviter et accepter d'autres athlètes d'autres clubs sur ses plateaux. Par contre, la priorité sera accordée aux coureurs du Club. Les coureurs des autres clubs pourront donc être accueillis aux journées à la carte au tarif de 70\$/jour, mais la journée ne leur sera confirmée que dans les 48 heures précédant la journée à la carte et ce seulement si des places sont toujours disponibles.

## *Camps d'entraînement à l'extérieur*

Ces programmes pourront être bonifiés par la participation des coureurs U12 et plus à d'autres camps non sanctionnés par le Club dont entre autres :

- camp d'automne en novembre au Yukon;
- camp de printemps au Glacier du Mont Saint-Sauveur et
- camp d'été à l'étranger (U14 et plus).

Pour ces camps, les frais d'entraînement et toutes les autres dépenses tel que l'hébergement, le transport, les billets de remontée, repas, frais divers, etc. seront déterminés au cas par cas en fonction entre autres du nombre de coureurs inscrits.

## *Description et objectifs des programmes*

### **PROGRAMME INTRODUCTION (U8)**

- Encadrement des 6 ans : 7 heures par fin de semaine. Profiter au maximum de leur énergie disponible le samedi et dimanche matin et de leur après-midi du dimanche pour se reposer, skier libre en famille ou pratiquer d'autres sports d'hiver;
- Encadrement des 7 ans : 4,5 heures par jour;
- Introduction des jeunes skieurs à la compétition de ski dans un contexte du Club;
- 80% de ski libre dirigé et supervisé sur toute la montagne et 20% en parcours éducatifs;
- Participation aux courses du calendrier de la DLS. L'horaire d'une journée de course est généralement de 7h30 à 16h00. Les courses peuvent se tenir sur toutes les montagnes de la DLS.
- Les coureurs U8 doivent se présenter en début de saison en bonne forme physique et être en mesure de skier une piste de calibre intermédiaire avec aisance.

#### **Objectifs du programme introduction :**

- Plaisir, amitié, apprentissage et développement par le jeu;
- Développer des skieurs polyvalents, créatifs et intelligents;
- Favoriser le développement des habiletés par le jeu et la découverte de la montagne;
- Développer la passion du ski;
- Les objectifs d'équipe sont favorisés.

### **PROGRAMME SPORT ET COMPÉTITIF (38 jours U10 / 42 jours U12 et +)**

- Encadrement variant de 38 à 42 jours sur neige, selon les catégories;
- Possibilité d'augmenter le nombre de jours de ski en choisissant des journées à la carte;
- Impact sur les présences à l'école est généralement négligeable.



### **Objectifs du programme Sport et Compétitif :**

- Plaisir, amitié, apprentissage et développement;
- Les coureurs et leur famille visent la réussite des objectifs personnels du coureur et les objectifs de processus (comment faire pour y arriver) sur le circuit régional de la DLS;
- Amélioration en début de saison du niveau de la technique et des tactiques basé sur un encadrement de plus ou moins 34 jours d'entraînements de ski et de plus ou moins 6 jours de courses;
- Amélioration en cours de saison du niveau de positionnement par rapport de celui de début de saison sur le circuit régional de la DSL.

### **PROGRAMME PERFORMANCE**

Débute en U12 et vise à augmenter le nombre de présences et le temps passé sur la neige. Il est développé en parallèle avec l'encadrement régulier et regroupe de manière structurée l'ensemble des mêmes journées, camps, formations et opportunités de développement qui sont offerts à tous les membres du CCMB.

#### **Nombre de jours d'entraînements sur neige visé par ce programme :**

- U12 : environ 60 journées;
- U14 : 65 journées et plus;
- U16 : 70 journées et plus.

#### **Objectifs du programme Performance :**

- Plaisir, amitié, apprentissage et développement;
- Amélioration du niveau actuel de la technique et des tactiques basé sur un encadrement de 60 à 70 jours total sur une période d'un an à partir du début avril;
- Améliorations des objectifs de performance et de résultats sur le circuit régional DLS et provincial;
- Objectifs de participation à la compétition provinciale de la catégorie (Provinciaux);
- Objectifs de performance/résultats aux provinciaux de catégorie;
- Possibilité de cheminer vers le programme Excellence.

### **PROGRAMME EXCELLENCE**

Cet encadrement est le plus avancé offert par le Club. Il s'adresse aux coureurs U14 deuxième année et plus. Il suit les critères du DLTA (développement à long terme de l'athlète) et les lignes directrices établies par Alpine Canada. Certaines considérations financières sont à envisager. Des compromis familiaux et scolaires sont requis pour faire plus de 90 jours de ski. Généralement, l'athlète doit faire partie d'un programme scolaire Sports-Études. De plus, l'athlète doit suivre un entraînement physique annuel offert par un entraîneur physique certifié qui suit ces critères, suivre des ateliers de nutrition et de psychologie. L'athlète doit être autonome, persévérant et discipliné. Le suivi annuel se fait par l'entraîneur-chef ou un entraîneur de niveau Performance.

**Le nombre de jours d'entraînements sur neige et le nombre de virages en piquets est élevé :**

- U14-2<sup>e</sup> année: 80 jours et plus, 20 000 à 25 000 virages/piquets;
- U16 : 100 jours et plus, 25 000 à 30 000 virages/piquets;
- U18 : 120 jours et plus, 30 000 à 35 000 virages/piquets;
- Suivi sur fichier Excel

Ce programme s'adresse aux coureurs qui ont fait le choix du ski alpin comme sport d'élite et qui désirent cheminer vers l'élite/l'excellence. Plus de détails sont disponibles sur demande auprès de l'entraîneur-chef.

Pour les coureurs des programmes PERFORMANCE ET EXCELLENCE, des opportunités d'entraînement sur des montagnes différentes avec d'autres coureurs et Clubs peuvent être offertes. Dans le cas où les places disponibles sont limitées, ces places seront offertes en premier aux coureurs EXCELLENCE et ensuite aux plus assidus et basé sur le plus grand nombre total de présences sur neige depuis le début de la saison.

Le Club favorise les échanges inter-club afin de partager les méthodes d'entraînement, de varier les terrains et de stimuler la saine compétition dans un contexte d'entraînement. Des coureurs d'autres montagnes pourront donc se joindre à ceux du Club la semaine sur nos différents plateaux d'entraînement.

Les coureurs EXCELLENCE seront regroupés au sein du CCMB et/ou avec les coureurs des autres clubs qui sont dans des programmes similaires. Généralement, ils s'entraîneront avec leurs pairs mais ils seront régulièrement appelés à s'entraîner avec d'autres catégories lorsqu'il y aura là une opportunité de se préparer à rivaliser avec les meilleurs espoirs provinciaux de leur catégorie.

## *Entraînements pré-saison (drylands)*

Cinq (5) séances d'entraînements pré saison sont prévues. Le détail de chacune sera donné sur le site web du club. Ces s seront dirigés par un spécialiste des entraînements « Dryland ». Une importance particulière sera portée sur le développement des habiletés suivantes : agilité, coordination, équilibre et vitesse (ACEV).

## *Camps d'entraînement et événements spéciaux*

Au cours de la saison, les athlètes peuvent participer de façon volontaire à des camps d'entraînement spéciaux et/ou à des événements spéciaux ne faisant pas partie du calendrier d'entraînement régulier. Pour ces camps et événements, l'implication des parents est requise pour le suivi des dates, les réservations, l'organisation des déplacements, le bon déroulement des activités, etc. Le Club peut offrir un support au besoin mais il ne prend pas la responsabilité de l'organisation de ces événements.

Ces événements peuvent être:

- ✦ Certaines courses de la DLS sur invitation;
- ✦ Camp d'entraînement à l'extérieur du Mont-Blanc;
- ✦ Journées d'entraînement à l'extérieur du Mont-Blanc;
- ✦ Camp de vitesse à l'extérieur du Mont-Blanc;
- ✦ Défi de l'espoir;
- ✦ Défi Alpin du Carnaval;
- ✦ Regroupement provincial U12;
- ✦ Championnats provinciaux U14, U16;
- ✦ Championnat de l'est du Canada U16
- ✦ Championnat canadien U16;
- ✦ CanAm U14
- ✦ Whistler Cup U16, Équipe Canada.

Le Club et ses commanditaires vous informent qu'une aide financière de 100\$ par coureur, par événement, est disponible pour supporter les familles lors des compétitions sanctionnées par SQA pour lesquelles les coureurs auront été qualifiés et/ou sélectionnés. Cette aide financière sera remise aux familles une fois la saison terminée et suite à la présentation et à la transmission au Club d'un compte de dépense qu'il est possible de trouver sur le site Internet du club.

Selon la recommandation de l'entraîneur-chef et du Club, le Club pourra assigner un ou plusieurs entraîneurs pour encadrer les athlètes participants à ces événements, tout en prenant soin de respecter les ratios entraîneurs-coureurs pour les athlètes demeurant au Mont-Blanc. Dans l'impossibilité pour le Club d'assigner un entraîneur, le ou les coureurs du Club pourraient être jumelés à un autre club et seraient alors sous la supervision du ou des entraîneurs de ce club.

Les participants à de tels événements doivent assumer tous les frais supplémentaires occasionnés. Ces frais incluent de façon non exhaustive:

- ✦ Frais d'inscription;
- ✦ Billets de remontées;
- ✦ Dépenses des entraîneurs (transport, repas, hébergement, etc.) et ✦ Voyage.

Le Club possède une politique de dépenses qui régit les montants alloués aux repas, transport et hébergement des entraîneurs. Cette politique peut être consultée séparément du présent document.

## *Communications générales*

De façon générale, toutes les nouvelles seront disponibles à chaque semaine sur le site Internet du Club. Des informations seront publiées en continu sur le site mais de manière plus officielle, le site sera mis à jour pour le week-end à venir les jeudis soir au plus tard. Pour plusieurs raisons, des changements de dernière minute sont toujours possibles. Il est important de consulter le site internet avant chaque journée d'entraînement.

## *Communication parents-athlètes-entraîneurs*

La communication parent-athlètes-entraîneurs est très importante pour la compréhension mutuelle des objectifs de développement des athlètes, pour le partage de la rétroaction sur leur progression, pour discuter de petits et de gros problèmes ou tout simplement partager quelques anecdotes. La communication est l'affaire de tous et non seulement celle des entraîneurs.

Tous les parents sont invités à participer aux rencontres obligatoires de catégories organisées par les entraîneurs en début de saison. C'est lors de ces rencontres officielles que les entraîneurs partagent leurs objectifs généraux, leur plan d'entraînement, leurs directives, etc.

Une section du site Internet du Club est consacrée aux messages que l'équipe d'entraîneurs désire communiquer aux parents et aux athlètes. Entre autres, des précisions pourront être données sur les entraînements du week-end à venir. Cette section sera mise à jour régulièrement. Il est important de noter que la gestion des plateaux, des compétitions, de la météo, etc., peuvent avoir un impact sur le déroulement du week-end. Il est de la responsabilité des parents de consulter le site internet du Club le plus fréquemment possible ou de prévoir tout l'équipement nécessaire le matin des s en cas de changement de programme.

## *Sécurité*

Le Club possède un Plan d'action d'Urgence (PAU) calqué sur le modèle proposé par Alpine Canada/Ski Canada Alpin. Ce plan est conçu pour aider les entraîneurs et autres responsables à agir de manière coordonnée, efficiente et efficace si jamais une situation d'urgence devait se produire. De façon générale, ce plan requiert les entraîneurs à avoir en tout temps avec eux les coordonnées des parents/personnes responsables, les informations médicales pertinentes de leurs athlètes, les coordonnées des services de patrouilleurs/services d'urgence, etc. L'entraîneur-chef est responsable de voir à la formation des entraîneurs en lien avec ce plan et d'en assurer son application.

Dans le but d'être proactif dans la gestion des commotions cérébrales et de favoriser une reprise complète et sécuritaire des activités suivant une commotion cérébrale, le Club possède un protocole de gestion des commotions. L'entraîneur-chef est responsable de faire appliquer ce code avec rigueur.

Tous les entraîneurs doivent faire l'objet d'une vérification de leurs antécédents judiciaires. De plus, les membres du conseil d'administration ainsi que tous les parents accompagnateurs lors d'événements (pour le transport et l'assistance en hébergement) doivent également faire vérifier leurs antécédents judiciaires. Ces

vérifications peuvent être réalisées en suivant les directives disponibles à l'endroit ci-dessous et les rapports devront être transmis à l'adresse courriel du Club.

<HTTPS://www.skiquebec.qc.ca/fr/ethique/verification-des-antecedents/>

## *Gestion des plaintes*

Afin d'établir un processus simple, accessible et uniforme de traitement des plaintes, dans le respect des valeurs et des principes du Club, une politique de traitement des plaintes a été mise en vigueur. Celle-ci a pour but de préciser les rôles et les responsabilités des différents intervenants, accroître le degré de satisfaction des membres et améliorer les services offerts. Ce document peut être consulté en tout temps sur le site internet du Club.

## *Code vestimentaire*

L'uniforme du Club est **obligatoire**. Les principales raisons qui ont guidé les membres du conseil d'administration dans ce choix sont:

- ✦ L'esprit d'équipe et le sentiment d'appartenance : Un uniforme de club est un emblème, un signe distinctif. Les athlètes doivent sentir qu'ils font partie d'un groupe afin de développer une fierté de représenter le Club. L'hiver dernier, nos athlètes portaient fièrement les couleurs du Club sur les différents podiums. Nous avons de plus en plus d'inscrits, plusieurs de nos jeunes se démarquent par leurs performances sur les différents circuits, ils sont désormais reconnus partout;
- ✦ La sécurité : Lors de participation à des courses ou lors d'entraînements, les entraîneurs et parents bénévoles peuvent facilement repérer les coureurs et
- ✦ Le respect de nos commanditaires : en effet, ceux-ci déboursent un montant pour s'afficher sur nos uniformes.

Ainsi, chaque athlète est tenu de porter l'uniforme officiel approuvé par le conseil d'administration lors des entraînements, des courses et des cérémonies officielles (remises de médailles, ...). L'uniforme officiel du Club consiste en l'un ou l'autre des articles suivants:

- ✦ Manteau du club Helly Hansen ou Veste du club (Insulator), avec écussons ;
- ✦ Pantalon de ski entièrement noir; et/ou
- ✦ Combinaison de course du club (*Skinsuit*).

Pour les nouveaux membres, dans la mesure où le Club ne peut leur fournir un uniforme parmi ceux en inventaire, les familles devront se procurer l'habit du club sur le marché des habits usagés. Tous les manteaux et vestes du club sans exception doivent avoir les écussons des commanditaires.

## *Implication parentale (bénévolat)*

Le fonctionnement et l'existence du Club, comme pour toute autre organisation sportive, reposent sur l'implication des parents d'athlètes. Sans bénévolat de l'ensemble des parents, le Club ne pourrait exister. La Politique de Bénévolat complète du Club est disponible sur le site internet du Club.

Pour la saison 2018-2019, le conseil d'administration du Club a déterminé que chaque famille devra réaliser un **minimum de 36 heures de bénévolat, dont au moins 24 heures lors de la tenue de courses au Mont Blanc.** Ceci est un minimum et il ne peut y avoir d'exception. Le bon fonctionnement et la santé financière du Club en dépendent.

Il a été convenu avec Ski Québec Alpin qu'il n'y aurait pas de course du circuit FIS au Mont-Blanc pour cette saison. Le Club accueillera de 4 à 6 courses de la DLS en plus de réaliser des événements pour ses membres et coureurs et de réaliser de nombreux projets spéciaux contribuant au développement du Club et pour faire la promotion du ski alpin de compétition.

Les inscriptions pour les postes de bénévolat de course s'effectueront par Internet sur la base de premier arrivé-premier servi. Tous les bénévoles devront s'inscrire à leurs postes de bénévolat de course avant le 30 décembre 2018. Un bénévole inscrit qui ne se présente pas à son poste sans s'être trouvé un remplaçant se verra imputer une pénalité de 8 heures de bénévolat de course sur son cumulatif de la saison.

Également, afin de compiler adéquatement et équitablement les activités de bénévolat, chaque famille devra transmettre, via le site Internet du Club, les activités de bénévolat qu'elle a réalisées. Un rapport cumulatif sera publié périodiquement par le Club.

Le Club exige un chèque (postdaté au 31 mars 2019) de 400\$ par famille en garantie d'implication de bénévolat. Pour les familles ayant complété les 36 heures de bénévolat, ce chèque sera détruit à la fin de la saison. Dans la mesure où des familles n'auraient pas rencontré ce minimum à la fin de la saison, deux avis généraux de rappel de déclaration de bénévolat seront transmis suite à la dernière journée d'entraînement. Par la suite, le dépôt total de bénévolat sera encaissé sans égard au nombre d'heures de bénévolat complété sous les 36 heures minimum recommandées.

Un athlète dont la famille ne réalise pas le bénévolat demandé pourra se voir refuser l'inscription la saison suivante.

Pour la saison 2018-2019, chaque parent qui occupera un poste de bénévole dans le cadre d'une course devra avoir suivi au préalable une formation **OBLIGATOIRE** Officielle Alpin Niveau 1 qui sera offerte à l'automne 2018.

## Tarifs

Les tarifs pour la saison 2018-2019 sont détaillés ci-dessous. Ces tarifs ne sont pas taxables.

\*\*\* Les cotisations à la DLS et SQA sont basées sur les estimés disponibles au moment de la mise à jour de ce Guide. Ils peuvent être sujets à des modifications suite à l'assemblée générale annuelle de chacune des organisations, qui ont généralement lieu en automne de chaque année.

	SAISON 2018-2019					
	U7	U8	U10	U12	U14	U16
Cotisation annuelle CCMB	115.00 \$	115.00 \$	115.00 \$	140.00 \$	140.00 \$	140.00 \$
Cotisation annuelle DLS et SQA	345.00 \$	345.00 \$	345.00 \$	453.00 \$	530.00 \$	659.00 \$
Levée de fonds SQA	40.00 \$	40.00 \$	40.00 \$	40.00 \$	40.00 \$	40.00 \$
Billet de ski - Courses	64.00 \$	72.00 \$	72.00 \$	80.00 \$	154.00 \$	154.00 \$
	564.00 \$	572.00 \$	572.00 \$	713.00 \$	864.00 \$	993.00 \$
Frais d'entraînement	1,100.00 \$	1,200.00 \$	1,250.00 \$	1,330.00 \$	1,330.00 \$	1,330.00 \$
Total	1,664.00 \$	1,772.00 \$	1,822.00 \$	2,043.00 \$	2,194.00 \$	2,323.00 \$

Pour se prévaloir des frais d'inscription de base, il est impératif que les formulaires d'inscription ainsi que les paiements soient reçus au plus tard le **16 septembre 2018**. Tout retard, sans exception, entraînera automatiquement le paiement de frais additionnels suivants :

Pénalité CCMB à partir du 17/09	100\$
Pénalité CCMB à partir du 10/12	200\$
Pénalité DLS à partir du 01/12	20\$
Pénalité SQA à partir du 08/01	40\$

Pour être éligible aux programmes d'entraînement optionnels, le coureur doit être inscrit au programme d'entraînement régulier.

Tout compte en souffrance envers le Club devra être acquitté pour que l'inscription 2018-2019 soit acceptée.

Pour les catégories U8 à U16 inclusivement, le montant du Club inclut les billets de remontées lors des courses à l'extérieur du Mont-Blanc. Pour les coureurs de la catégorie U18, les parents des coureurs inscrits devront gérer eux-mêmes les frais de courses et de billets de remontées des coureurs.

## Inscription

La journée officielle d'inscription pour la saison 2018-2019 se tiendra le dimanche 16 septembre 2018 à un endroit à communiquer. En préparation pour cette journée, tous les coureurs devront avoir été inscrits en ligne et avoir complété le formulaire en version papier d'Alpin Canada. La présence en personne permettra de confirmer l'inscription et la réception par le CCMB de toutes les informations demandées, de payer les frais d'inscription et recevoir le reçu.

Les documents suivants seront transmis aux familles pour consultation et support à l'inscription en ligne :

- Guide d'information aux parents;
- Code de conduite de l'athlète;
- Code de conduite des parents;
- Reconnaissance et acceptation des risques;
- Politique de bénévolat;
- Formulaire Alpin Canada / Canada Alpin (ACA) dûment rempli (1 par participant);

### **NOTES IMPORTANTES | CONSIDÉRATIONS:**

- ✦ Le Club se réserve le droit de refuser toute inscription d'un nouveau coureur qui n'aurait pas participé aux sélections du printemps précédent la présente saison ou qui n'aurait pas au préalable eu l'autorisation de l'entraîneur-chef du Club.
- ✦ L'inscription du ou des coureurs est confirmée lors de l'encaissement des montants reçus.
- ✦ Les coureurs inscrits et présents à la fin de la saison 2017-2018 ainsi que leurs frères et sœurs ont préséance sur les nouveaux inscrits pour la saison 2018-2019; leur place est réservée jusqu'au 16 septembre 2018 inclusivement. Suivant cette date, les places réservées à ces coureurs seront libérées afin de permettre à de nouvelles familles et coureurs de devenir membres du Club.
- ✦ Un dossier d'inscription incomplet sera catégoriquement refusé.
- ✦ L'argent comptant ne sera accepté sous aucun prétexte.
- ✦ Une seule famille par chèque. Si une famille paie pour d'autres familles, elle doit prévoir émettre autant de chèques que de familles qu'elle représente.
- ✦ Le Club se réserve le droit de refuser toute inscription reçue après le 16 septembre 2018.
- ✦ **Compte tenu de l'impact sur les groupes du Club, de la DLS et de la SQA et pour la sécurité des coureurs qui n'auraient pas bénéficié de suffisamment d'heures d'entraînement avant la participation aux courses, aucune inscription ne sera acceptée après le 31 décembre 2018.**



## *Paiements*

Il sera possible de payer les frais en un versement ou deux versements égaux par chèque ou par carte de crédit (des frais de 3.5% s'appliquent). Si l'option de paiement par chèque en deux versements est choisie, lors de l'inscription, vous devrez remettre les chèques suivants :

- Deux (2) chèques à l'ordre du **Club de Compétition Mont-Blanc** avec un premier chèque daté du 16 septembre 2018 et un second chèque daté du 10 novembre 2018  
Et (peu importe le mode de paiement)
- Un (1) chèque à l'ordre du **Club de Compétition Mont-Blanc** au montant de 400\$ postdaté au 31 mars 2019 pour le dépôt de bénévolat.

Dans l'éventualité où un paiement fait au Club (inscription, activités, etc.) serait refusé par notre institution financière (chèque sans fonds), vous serez tenu de rembourser au Club les frais financiers et d'administration de cette transaction (50\$ pour la 1<sup>ère</sup> infraction et 100\$ pour les infractions subséquentes) en plus de perdre tout privilège (rabais d'inscription, réservation de place au sein du Club, etc.).

Dans la mesure où vous ne pouvez pas être présent en personne le 16 septembre prochain, vous pourrez nous faire parvenir le formulaire d'Alpin Canada et les chèques à l'adresse ci-dessous avant le 16 septembre 2018. L'inscription en ligne doit également avoir été complétée avant le 16 septembre 2018.

### **STATION DE SKI MONT-BLANC**

Club de Compétition de Ski Alpin du Mont-Blanc  
1006, Route 117  
Saint-Faustin-Lac-Carré, Québec J0T 1J2 **Attention**  
**INSCRIPTION CLUB**

## *Remboursements*

Toute demande pour le remboursement total des frais du Club et d'entraînement devra être reçue avant le 1<sup>er</sup> décembre 2018. Pour toute demande formulée après cette date, les frais d'adhésion au CCMB ne sont pas remboursables. Les frais d'entraînement pourraient être remboursés au prorata des journées du calendrier régulier d'entraînement, suite à l'évaluation de la demande par le conseil d'administration du CCMB. Sauf en cas de blessure qui fera l'objet d'une évaluation particulière, après le 8 janvier 2019, aucune demande de remboursement ne sera acceptée. Des frais d'administration de 50\$ seront exigés pour tout remboursement.

## *Contacts pour Information*

**Club de compétition du Mont-Blanc** [clubcmb@gmail.com](mailto:clubcmb@gmail.com)