



INFO-BMX



Le bulletin d'information du Club de BMX de Québec

5 Mai 2010

Mot de bienvenue

Richard Dumais (père de Laurent Dumais)
Président

Il me fait plaisir de m'adresser à vous en ce début de saison. Tous les membres du comité organisateur du Club ont déployé beaucoup d'énergie et de temps au cours des dernières semaines pour préparer tout un été. Je veux souhaiter un bon retour à tous les pilotes qui nous reviennent cette année et bienvenue parmi nous à tous les nouveaux membres. Nous espérons que vous aimerez votre saison et que vous serez longtemps avec nous.

Cette année le Club prend un virage important en modifiant sa structure des entraînements et en mettant en place une nouvelle structure de bénévolat. D'ailleurs, je tiens à vous remercier toutes les familles qui se sont inscrites à l'une ou l'autre des activités de bénévolat. Ensemble, nous ferons de l'année 2010, une des meilleures saisons de BMX.

Cette année aura lieu les Jeux du Québec du 29 juillet au 6 août. Un moment historique pour le BMX de course qui sera présent pour la première fois de son histoire à ces jeux. Une finale régionale aura lieu en juin pour permettre aux pilotes âgés de 11 à 13 ans (2 garçons et deux filles par région) de se classer pour participer à cet événement. *(suite à la page 2)*

POUR NOUS REJOINDRE :

COURRIEL :
info@clubbmxquebec.com

Président: Richard Dumais
(418) 659-7228 (soir et fin de semaine)
richard.dumais@videotron.ca

René Gagnon (*vice-président*)
(418) 871-4402 (soir et fin de semaine)
gagnon.rene67@videotron.ca

Julie Boisclair (*secrétaire et responsable du bénévolat*)
(418) 660-1773
julie.boisclair@videotron.ca

Journée d'accueil

La saison de BMX sera officiellement ouverte !

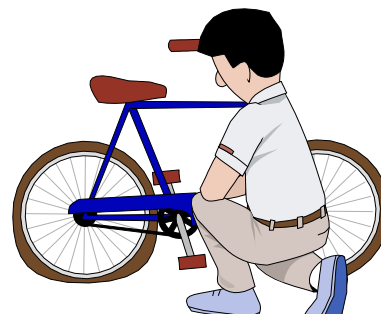
SAMEDI 8 MAI À 9H30 à 11H

Tous les pilotes

En cas de pluie : reprise samedi le 15 mai

Et votre comité de BMX sera là pour vous accueillir pour le premier entraînement libre de la saison 2010.

Au programme, il y aura une inspection des vélos et un entraînement pour évaluer le niveau des habiletés techniques des pilotes. Différents exercices sont d'ailleurs prévus sur le stationnement.



De plus, le marché aux puces sera aussi de retour et vous aurez la possibilité de commander votre chandail de course aux couleurs du Club.

Merci !

Au nom de tous les pilotes de BMX de notre Club, nous tenons à remercier nos principaux partenaires : Biscuits Leclerc, Campus-Notre-dame-de-Foy, Caisse populaire de St-Augustin et Cascades. Il faut aussi mentionner nos fidèles commanditaires, qui reviennent d'année en année : Performance Bégin, ADM Sports, Canon, Copie Élite, Location Hewitt, Soins pré-hospitaliers du CNDF, Alex Coulombe, IGA des Sources.

Nous serons également les hôtes de deux Coupes du Québec : les 21 et 22 août 2010. Nous comptons sur la participation de tous les parents pour offrir aux pilotes un événement à la hauteur des années antérieures.

Des travaux auront lieu probablement sur la piste au cours de l'été comme l'asphaltage de courbe. Cela facilitera grandement l'entretien de la piste dans le futur. La ligne « PRO » sera également modifiée. Ces travaux seront planifiés afin de limiter leur impact dans la mesure du possible sur le déroulement des entraînements.

En terminant, je désire vous souhaiter un bel été dans notre Club. Je veux aussi rappeler à tous les parents de ne pas hésiter à communiquer avec l'un ou l'autre des membres du comité si vous avez des questions ou des commentaires à formuler.

BMXment vôtre.

Richard Dumais
Président

CHANDAIL ET T-SHIRT DU CLUB

Dominique Di Vita, responsable des chandails

ZUT DE ZUT!

Vous avez manqué la première commande des chandails aux couleurs de notre Club de BMX lors de l'inscription, rassurez-vous, vous pourrez le faire à la journée d'accueil le samedi 8 mai prochain. Ils vous seront alors livrés au début du mois de juin.

Le port du chandail de course à manches longues, qui est vendu au coût de 60\$ (taxes non-incluses), est optionnel mais recommandé. Il est disponible dans toutes les grandeurs. Des échantillons seront disponibles pour en faire l'essayage !

DES RABAIS POUR LES PILOTES DU CLUB DE BMX DE QUÉBEC !

Performance Bégin offre à tous nos membres des rabais de 10 à 20% selon les différentes marques de commerce. Plus de renseignements en magasin.

ADM Sport offre 15% de rabais sur les vêtements et accessoires de BMX.

(Présentation de la carte de membre obligatoire)

Merci à nos généreux commanditaires!

POLITIQUE D'ANNULATION DES ENTRAÎNEMENTS

Veuillez prendre note que nous vous informerons, vers 17h les lundis et mercredis seulement, de la tenue ou de l'annulation d'un entraînement via la boîte vocale du Club.



LIGNE INFO-BMX
(418) 872-8242

Poste : 670

En cas de temps douteux incertain

Il y aura un entraînement s'il ne pleut pas ou s'il tombe que quelques gouttes de pluie et ce, même si nous ne pouvons pas utiliser la piste. Des exercices d'habiletés techniques peuvent avoir lieu en tout temps sur le stationnement. La décision d'utiliser ou non la piste sera prise par un responsable du Club (René Gagnon) avant le début de chaque entraînement. Cette politique s'applique aux entraînements du lundi et du mercredi seulement. Dans ce cas, vous entendrez le message suivant dans la boîte vocale du Club (418-872-8242, poste 670):

"Vous avez joint la boîte vocale du Club de BMX de Québec. Aujourd'hui, le (jour – date), à (heure), nous ne pouvons confirmer si nous pourrions utiliser la piste, mais il y a entraînement pour tous. Tous les pilotes et tous les entraîneurs sont invités à se présenter à la piste. Merci."

En cas de mauvais temps

Il y aura annulation d'un entraînement seulement s'il pleut ou s'il y a des orages. La décision d'annuler un entraînement sera prise vers 17h. Cette politique s'applique aux entraînements du lundi et du mercredi seulement. Si un entraînement est annulé, vous entendrez le message suivant dans la boîte vocale du Club :

"Vous avez joint la boîte vocale du Club de BMX de Québec. Aujourd'hui, le (jour – date), à (heure), l'entraînement de ce soir est annulé. Aucun pilote ou entraîneur ne doit se présenter à la piste. Merci."

Comme c'est un message préenregistré, vous ne pouvez pas laisser de message sur cette boîte vocale. Pour communiquer avec votre Club de BMX, il est préférable d'envoyer un courriel à l'adresse Internet : info@clubbmxquebec.com

Une nouveauté réglementaire

Cet été, nous devons avoir la présence un opérateur formé de grille de départ par la FQSC lorsque la grille de départ sera utilisée. L'opérateur formé ne doit pas obligatoirement opérer la grille mais veiller au respect des normes de sécurité. Présentement, nous avons deux entraîneurs qui sont formés mais il serait préférable d'avoir d'autres personnes afin d'avoir la meilleure couverture possible et pouvoir opérer aussi la gate lors des Jeudi Gate :

Deux formations auront lieu :
16 mai à 9h30 à Drummondville

16 mai à 13h30 au Cap-de-la-Madeleine

Si vous êtes intéressés par cette formation d'opérateur de gate, veuillez svp communiquer avec René Gagnon.

Un entraînement libre, c'est quoi ?

Un entraînement libre est une activité qui permet aux membres du Club de pratiquer ensemble les diverses habiletés techniques vues lors des entraînements réguliers ou tout simplement pour rouler. Il est à noter que cet entraînement se fait sans la supervision des entraîneurs. Les parents doivent donc s'assurer que celui-ci se déroule de façon sécuritaire.

Les entraînements libres ont lieu le samedi matin de 9h30 à 11h. Le premier entraînement libre officiel de la saison aura lieu le 22 mai prochain. Au plaisir de pédaler avec vous tous !

CALENDRIER D'ÉVÉNEMENTS

JOURNÉE D'ACCUEIL

LIEU : À LA PISTE

QUAND : 8 MAI - 9H30 11H

Entraînement libre, inspection des vélos, inscription et commande du chandail, marché aux puces.

ENTRAÎNEMENT RÉGULIER

LIEU : À LA PISTE

QUAND : LUNDI ET/OU MERCREDI SELON VOTRE GOUPE A PARTIR DU 17 MAI

Début des entraînements réguliers : le lundi 17 mai de 18h30 à 20H pour le groupe A (récréatif) et pour le groupe compétitif et mercredi le 19 mai pour le groupe B (récréatif).

COUPE QUÉBEC # 1 ET #2

LIEU : POINTE-DU-LAC

HEURE : SAMEDI LE 5 JUIN-DIMANCHE LE 6 JUIN

Pour plus de détails : horaire, itinéraire ... Attention l'horaire du dimanche est différente de celle du samedi.

- Pour samedi : <http://www.fqsc.net/bmx/coupe-du-quebec-de-bmx-1-pointe-du-lac>
- Pour dimanche : <http://www.fqsc.net/bmx/coupe-du-quebec-de-bmx-2-pointe-du-lac>

Pour s'entraîner en toute sécurité

Quelques notions de base à respecter

En ce début de saison, il est important de voir ou bien de revoir avec votre enfant certaines notions de sécurité lorsqu'on roule sur la piste.

- Rouler dans le même sens que les autres pilotes.
- Éviter de s'arrêter au milieu de la piste.
- Éviter de « zigzaguer » sur la piste. Il est préférable de conserver une ligne de course et la maintenir sauf, bien entendu, lors des dépassements.
- En cas de chute, il faut se relever rapidement si on n'est pas blessé et dégager la piste le plus rapidement possible.
- S'assurer que les souliers et le casque soient bien attachés.
- Il est préférable que les parents demeurent à l'extérieur des cordes jaunes à moins d'être un surveillant (flagman) sur la piste.

Il est important que les pilotes respectent ces règles de base ainsi que les consignes des parents qui font la surveillance sur la piste.

Papa et maman, soyez-là !

Comme le BMX de course est un sport extrême qui présente un certain risque de blessure, nous souhaitons que les parents des enfants âgés de moins de 12 ans soient présents pour toute la durée de l'entraînement. Si vous avez à vous absenter pendant cette période, il serait important d'aviser un des parents qui surveillent la sécurité sur la piste.

Merci de votre collaboration !

Une trousse de premiers soins

Il est à noter qu'une trousse de premiers soins ainsi que de la glace sont disponibles dans le cabanon.

