



MONTRÉAL

INFORMATIONS AUX ENTRAINEUR-ES

Bonne compétition!



EMPLACEMENT

CENTRE SPORTIF
CLAUDE-ROBILLARD
1000 Av.  mile-Journault,
Montréal, QC H2M 2E7



HORAIRE

21 JANVIER 2024
[CLIQUEZ ICI
POUR L'HORAIRE](#)



ACCÈS

ACCRÉDITATION
7H15 OUVERTURE

BILLETTERIE*
7H15 OUVERTURE
[CLIQUEZ ICI POUR ACCÉDER
  LA BILLETTERIE](#)

*Vente en ligne seulement. Scann s sur
place puis échangés contre un bracelet.



STATIONNEMENT

Les stationnements sont
gratuits dans les zones
indiquées.
Plusieurs entrées autour du
bâtiment.

IMPORTANT | MUSIQUE DES PERFORMANCES

La FCQ ne sera pas tenue responsable de tout problème technique (défaut de fonctionnement du téléphone cellulaire, des fils/adapteurs, etc.).

ÉCHAUFFEMENT

L'entraîneur-e est responsables de la musique à l'échauffement. Un système de son sera disponible à proximité du sol complet dans la zone échauffement pour brancher un cellulaire.

S'assurer :

- D'apporter tous les adapteurs nécessaires.
- De télécharger la musique directement sur le cellulaire.
- De retirer l'étui du cellulaire pour une meilleure connexion.

COMPÉTITION

ENVOI EN LIGNE*
[MAX 17 JANVIER 2024](#)

1. Envoyer vos fichiers avant le 17 JANVIER 2024 en utilisant le lien suivant :
<https://forms.gle/Siz3sEBu2uMnLsoTA>
2. RENOMMER le fichier avec le nom de votre programme et le nom de votre équipe:

Club_Nom quipe.mp3

*Le fichier ne sera pas partagé et sera supprimé une fois l' v nement terminé.

SUR PLACE

Ceux qui ne fournissent pas la musique à l'avance devront désigner une personne responsable de la musique qui sera chargée de brancher le cellulaire et de commencer la lecture.

La musique se situe à l'entrée du sol de performance.

S'assurer :

- D'avoir au moins 2 copies de la musique.
- D'apporter tous les adapteurs nécessaires.
- De télécharger la musique directement sur le cellulaire.
- De mettre en mode avion ( viter les textos, courriels, etc.).
- De monter le volume du téléphone au maximum.
- De retirer l'étui du cellulaire pour une meilleure connexion.

[Consultez ici le Guide des  v nements
Cheer Québec](#)



IMPORTANT | ÉQUIPE EN RÈGLE

Au moins 1 entraîneur-e en règle devra être présent du début de l'échauffement jusqu'à la fin de la performance faute de quoi l'équipe ne peut pas commencer l'échauffement.

Se référer au document [Guide événements Cheer Québec](#) pour plus d'informations.

SERVICES SUR PLACE

PHOTOGRAPHIES¹ - [VENVI STUDIO](#)

- Les photos en action des performances seront disponibles dans la semaine suivant l'événement sur notre site internet, dans la section Régionaux : <https://www.cheerqc.com/competitions-cheer-quebec/>

VIDÉOS¹

- Les vidéos des performances seront disponibles dans la semaine suivant l'événement sur notre chaîne YouTube : <https://www.youtube.com/@CheerQuebec>

NOURRITURE

- Station Subway. Argent comptant seulement.
- Il est conseillé aux athlètes d'apporter leur propre lunch.
- Aucune livraison de repas ne sera autorisée tout au long des compétitions.

EXPOSANTS

								
EXPOSANTS	CHEER BOW ROW	COUETTE ET PIROUETTE	CUPS & CRAFTS	INTENSE ATHLEISURE	KIOSQUES O PLURIEL	LOUD & PROUD	PARADOX	PASSION CHEER
PRODUITS	BOUCLES	BOUCLES	VERRES ET ARTICLES PERSONNALISÉS	VÊTEMENTS ET ARTICLES PERSONNALISÉS	CADEAUX, FLEURS, ETC.	VÊTEMENTS ET ARTICLES PERSONNALISÉS	BOUCLE DE L'ÉVÈNEMENT ET SACS INFINITY	BOUCLES

PREMIERS SOINS

- Présence d'une équipe de premiers soins près de la scène de performance et dans la zone échauffement. L'endroit sera clairement indiqué sur le site de compétition.
- Un-e seul-e entraîneur-e ou parent est autorisé avec le blessé/malade dans le local des premiers soins.

¹ Les compagnies photos et vidéo de l'événement et Cheer Québec détiennent les droits exclusifs sur l'enregistrement vidéo et les photographies de l'événement. Il est interdit de filmer ou photographier les performances dans un but de revente ou de distribution. Les caméras et appareils photos professionnelles, les caméras vidéo professionnelles ainsi que les trépieds sont strictement interdits.

SALLES ATHLÈTES ET ENTRAINEUR-ES

ATHLÈTES

- ◆ Espace à la disposition des athlètes afin d'y déposer leurs effets personnels située dans la salle de compétition, en face de la zone échauffement. L'accès est réservé aux athlètes.
- ◆ Aucun enfant ne doit circuler seul pour les catégories U12, primaire et moins.
- ◆ Apporter le strict minimum, Cheer Québec n'est pas tenue responsable des objets perdus ou volés.

ENTRAINEUR-ES

- ◆ Située au 3^e étage à droite.

ÉCHAUFFEMENT

- ◆ Les athlètes doivent passer par un circuit d'échauffement avant la performance.
- ◆ Prévoir d'apporter sa propre bouteille d'eau.
- ◆ Le circuit est composé de :
 - 1 section d'échauffement et d'étirement
 - 1 section pour les stunts (sans ressorts)
 - 1 section pour le tumbling (1 ligne avec ressorts de 60 pieds de long)
 - 1 section pour la routine (1 tapis de 9 lignes avec ressorts)

QUALIFICATIONS ET PRIX POSSIBLES

QUALIFICATION POUR LE CHAMPIONNAT PROVINCIAL

Les trois premières équipes de chaque région administrative seront éligibles à participer au championnat provincial les 16-17 mars 2024, à St-Roch-de-l'achigan.

Pour plus d'informations sur le découpage des régions, consultez le site internet dans la section information sur l'événement [Régionaux](#).

PRIX

Une médaille par athlète et une bannière par équipe pour les trois premières places de chaque catégorie.

ÉVACUATION

En cas d'évacuation, suivez les consignes et demeurez calmes.