

## PRÉSENTATION

Le Groupe Aquatique Mille-Îles Nord inc. (G.A.M.I.N.) est un organisme sans but lucratif géré par des membres bénévoles et une entraîneuse-chef rémunérée à temps plein. Celle-ci est assistée par des adjoints à temps partiel. Sans le support et le travail des bénévoles, le club ne saurait exister.

## MISSION

Le club G.A.M.I.N. est une équipe de compétition orientée vers le développement de ses nageurs.

- Le club G.A.M.I.N. oriente ses efforts vers l'acquisition des techniques de nage.
- Le développement des nageurs doit être maintenu dans le respect de leur rythme d'apprentissage selon leur groupe d'âge, et cela en respectant le développement physique des jeunes. Par conséquent, le barème établi pour la formation des groupes doit être respecté.
- La natation doit être pratiquée pour le plaisir du sport, dans une ambiance cordiale tout en développant l'aspect social et le sens d'appartenance des nageurs au club.
- Les relations entre les nageurs et les entraîneurs doivent être faites dans le respect de tous, tout en conservant une bonne communication. Il va de soi que ces principes s'appliquent également dans les relations avec les parents.
- Les relations entre l'entraîneuse-chef et ses assistants doivent être orientées vers un travail d'équipe en gardant une bonne communication et dans le respect des autres.

## AFFILIATION

Le club G.A.M.I.N. est affilié à la Fédération de natation du Québec (FNQ), ce qui lui permet de bénéficier de différents services et ainsi participer au réseau de compétitions régionales, provinciales et nationales. De plus, le club peut obtenir des sanctions de la FNQ afin d'organiser des compétitions permettant ainsi une source de financement et favoriser la visibilité de l'organisation.

## COORDONNÉES

Courrier et centre d'entraînement :

Centre Récréoaquatique de Blainville (A/S G.A.M.I.N)

190 rue Marie-Chapleau  
Blainville (QC) J7C 0E7  
Courriel : [infos@gamin.org](mailto:infos@gamin.org)  
Site web : [www.gamin.org](http://www.gamin.org)  
Facebook : <https://www.facebook.com/GroupeAquatiqueMillesIlesNordGamin>

## CONSEIL D'ADMINISTRATION 2022-2023

Membre	Fonction
Nicolas Gauthier	Président
Stéphane Gagné	Président sortant/Vice-président
Amélie Robitaille	Secrétaire
Pierre Saliba	Trésorier
Anne-Marie Bouchard	ROC

## ENTRAÎNEUSE-CHEF

### MASHA SHCHERBA

Masha vient de la Biélorussie. C'est une ancienne athlète de natation de haut niveau. Elle a, entre autres, participé à plusieurs compétitions internationales dont le Championnat du monde, des étapes de la coupe du monde et les Jeux Olympiques. Elle est diplômée d'un baccalauréat spécialisation entraîneur de natation de l'Université Sportive de Biélorussie. Elle est certifiée niveau 2 dans le programme PNCE.

« Je peux simplement vous dire que la natation, c'est mon coup de coeur, c'est ma passion, c'est ma vie. Je suis ici pour travailler fort avec vos jeunes et pour leur partager ma passion de ce sport. »

## CERTIFICATION DES ENTRAÎNEURS

Chaque entraîneur doit avoir les qualifications suivantes afin de superviser un nageur inscrit dans un club de compétition. Les qualifications requises sont exigées par la FNQ, Swimming / Natation Canada et l'Association canadienne des entraîneurs.

### Entraîneur-chef

- Certification de sauveteur national à jour (renouvelé aux 2 ans)

- Niveau 201 du PNCE - Programme national de certification des entraîneurs
- Membre de la FNQ
- Membre de l'Association des entraîneurs de natation du Québec
- Membre de l'ACEEN - Association canadienne des entraîneurs et enseignants de natation (Niveau A ou P)

## Assistant(e)-entraîneur

- Certification de sauveteur national à jour (renouvelé aux 2 ans)
- Niveau 101 du PNCE (Programme National de certification des entraîneurs)
- Membre de la FNQ
- Membre de l'Association des entraîneurs du Québec
- Membre de l'ACEEN - Association canadienne des entraîneurs et enseignants de natation (Niveau B, C ou N)

## TARIFICATION ET MODALITÉ DE REMBOURSEMENT

### Tarification 2022-2023

Le tableau ci-dessous détaille le coût annuel pour les entraînements pour les **résidents\***.

Groupe	Coût annuel d'entraînement*
Mini G.A.M.I.N.	475 \$
Récréatif	500 \$
Initiation	925 \$
Novice	1 380 \$
Provincial	1 450 \$
Espoir	1 850 \$
Junior	1 850 \$

Sont en sus les frais de compétitions, les frais d'affiliation à la FNQ selon l'âge du nageur et les frais pour l'équipement.

\* Le statut de résident est réservé aux nageurs de Blainville, Rosemère, Sainte-Thérèse et Lorraine.

### Surcharge d'inscription pour les non-résidents

Conformément aux politiques municipales des villes de la M.R.C. Thérèse-de-Blainville, une surcharge de **500\$** sera appliquée en plus des frais totaux d'inscription de tout nageur non-résident des villes de Blainville, Lorraine, Sainte-Thérèse ou Rosemère.

## Politique familiale

Pour les familles ayant plus d'un nageur inscrit, une réduction de 15% est accordée sur le coût total de l'inscription (excluant les frais d'affiliation à la FNQ) pour les 2<sup>e</sup> enfant, 3<sup>e</sup> enfant, etc. **NOTE** : L'escompte ne s'applique pas au nageur le plus âgé.

## Affiliation ou enregistrement Fédération de natation du Québec

Tous les participants inscrits dans un club affilié à la FNQ doivent être inscrits sous le statut de nageur affilié ou enregistré.

- Nageur enregistré : Ce statut permet aux nageurs de niveau Initiation et Novice de participer aux rencontres régionales de l'Association Mauricie-Lanaudière-Laurentides-Laval sanctionnées par la FNQ. Le nageur ne peut pas participer à d'autres événements avant d'avoir atteint les standards de compétition et payer la cotisation de nageur affilié.
- Nageur affilié : Ce nageur peut participer aux rencontres régionales, provinciales et nationales. Il peut prendre part à toutes les compétitions inscrites au calendrier de la FNQ incluant les Festivals et Championnats.

Les nageurs sont alors couverts par une assurance lors des entraînements et compétitions et s'assurent de faire reconnaître leurs performances afin d'accéder aux différents niveaux de participation offerts.

Les frais ci-dessous sont payables en entier au moment de l'inscription et sont non remboursables.

Âge du nageur**	Frais d'affiliation FNQ
8 ans et moins	67 \$
9-10 ans	87 \$
11-14 ans	114 \$
15 ans et plus	134 \$

\*\* Âge au 31 août de l'année en cours

Pour plus d'information, consulter le site de la FNQ : <https://fnq.ca/app/uploads/politique-dadhesion-et-daffiliation-des-membres-2021-2022-20210831-1.pdf>

## Équipement

Les frais d'inscription incluent un t-shirt et un casque de bain avec le logo du club G.A.M.I.N. Les autres équipements obligatoires sont les suivants :

- Maillot de compétition de l'équipe
- Autre équipement identifié par l'entraîneur selon le niveau de votre enfant

Les autres équipements utilisés pour les entraînements, les compétitions ou activités de l'équipe seront aussi disponibles sur le site web d'AQUAM : <https://www.alltides.com>. En tant que membre du G.A.M.I.N., vous pourrez bénéficier d'une réduction de 15% sur tous vos achats en ligne en utilisant le code promotionnel suivant : **GAMIN25**

## Modalité de paiement

Le paiement des frais peut se faire en un seul versement ou échelonné en 3 ou 5 versements selon les calendriers décrit dans les tableaux ci-dessous.

Les modes de paiement acceptés sont :

- Chèques postdatés qui doivent être remis au plus tard le 7 sept 2022. (Note : Des frais de 40\$ par chèque retourné par une institution bancaire seront ajoutés au paiement dû.)
- Transfert Interac (disponible uniquement pour les paiements uniques). Veuillez contacter [infos@gamin.ca](mailto:infos@gamin.ca) pour plus de détails.

### Versement unique

<b>Groupe</b>		<b>7 septembre 2022</b>	
Mini G.A.M.I.N.		475,00 \$ + frais affiliation	
Récréatif		500,00 \$ + frais affiliation	
Initiation		925,00 \$ + frais affiliation	
Novice		1,380,00 \$ + frais affiliation	
Provincial		1,450,00 \$ + frais affiliation	
Espoir		1,850,00 \$ + frais affiliation	
Junior		1,850,00 \$ + frais affiliation	

  

<b>Rabais famille : à partir du 2<sup>e</sup> enfant</b>		<b>7 septembre 2022</b>	
		403,75 \$ + frais affiliation	
		425,00 \$ + frais affiliation	
		786,25 \$ + frais affiliation	
		1,173,00 \$ + frais affiliation	
		1,232,50 \$ + frais affiliation	
		1,572,50 \$ + frais affiliation	
		1,572,50 \$ + frais affiliation	

+ surcharge 500\$ non-résidents si applicable

### 3 versements

<b>Groupe</b>	<b>7 septembre 2022</b>		<b>1 décembre 2022 1 février 2023</b>	
	Mini G.A.M.I.N.	190,00 \$ + frais affiliation	142,50 \$	161,50 \$ + frais affiliation
Récréatif	200,00 \$ + frais affiliation	150,00 \$	170,00 \$ + frais affiliation	127,50 \$
Initiation	370,00 \$ + frais affiliation	277,50 \$	314,50 \$ + frais affiliation	235,88 \$
Novice	552,00 \$ + frais affiliation	414,00 \$	469,20 \$ + frais affiliation	351,90 \$
Provincial	580,00 \$ + frais affiliation	435,00 \$	493,00 \$ + frais affiliation	369,75 \$
Espoir	740,00 \$ + frais affiliation	555,00 \$	629,00 \$ + frais affiliation	471,75 \$
Junior	740,00 \$ + frais affiliation	555,00 \$	629,00 \$ + frais affiliation	471,75 \$

+ surcharge 500\$ non-résidents si applicable

## 5 versements

Groupe	7 septembre 2022	1 novembre 2022
		1 décembre 2022 1 janvier 2022 1 février 2023
Mini G.A.M.I.N.	142,50 \$ + frais affiliation	83,13 \$
Récréatif	150,00 \$ + frais affiliation	87,50 \$
Initiation	277,50 \$ + frais affiliation	161,88 \$
Novice	414,00 \$ + frais affiliation	241,50 \$
Provincial	435,00 \$ + frais affiliation	253,75 \$
Espoir	555,00 \$ + frais affiliation	323,75 \$
Junior	555,00 \$ + frais affiliation	323,75 \$

*Rabais famille : à partir du 2<sup>e</sup> enfant*

	7 septembre 2022	1 novembre 2022
		1 décembre 2022 1 janvier 2022 1 février 2023
	121,13 \$ + frais affiliation	70,66 \$
	127,50 \$ + frais affiliation	74,38 \$
	235,88 \$ + frais affiliation	137,59 \$
	351,90 \$ + frais affiliation	205,28 \$
	369,75 \$ + frais affiliation	215,69 \$
	471,75 \$ + frais affiliation	275,19 \$
	471,75 \$ + frais affiliation	275,19 \$

*+ surcharge 500\$ non-résidents si applicable*

## Politique de remboursement

**Mis à part la présentation d'une raison médicale proprement documentée ou un déménagement dans une autre région, aucun remboursement ne sera effectué.**

Advenant le départ d'un nageur avant le 1<sup>er</sup> décembre, les frais d'affiliation à la FNQ, les frais de plateaux, la surcharge pour les non-résidents (500\$) et les équipements ne sont pas remboursables. Seule la cotisation d'entraînement non utilisé est remboursable.

## BÉNÉVOLAT

Tel que mentionné lors de la présentation, sans le support et le travail des bénévoles le club ne saurait exister. Tout au long de l'année, le club G.A.M.I.N. aura besoin de l'implication des parents comme bénévoles pour différentes activités. En voici une liste non-exhaustive :

- Membres du C.A.
- Activités ponctuelles (journée d'inscription, BBQ de la rentrée, party de Noël, etc.)
- Compétitions au Centre Récréoaquatique de Blainville ou ailleurs (préparation de la piscine, cantine, chronométreur et autres fonctions d'officiels, etc.)

Certaines de ces activités sont une source de financement importante qui permettent de diminuer les coûts d'inscription. De plus, ce support des bénévoles permet aux jeunes de pouvoir profiter d'un environnement de qualité dans lequel ils peuvent mieux s'amuser, performer et tisser des liens avec les autres membres du club.

## CLASSEMENT DES NAGEURS

Le classement des nageurs dans les différents groupes est déterminé par les entraîneurs en fonction des critères suivants :

- L'âge
- Les standards officiels obtenus aux compétitions
- Tous autres critères établis par l'entraîneuse-chef

## Changement de groupe

Si en cours de saison, un nageur change de groupe d'entraînement ou de niveau de compétition, il devra payer la différence de tarification.

## HORAIRE DES ENTRAÎNEMENTS

En date du 28août 2022, voici l'horaire pour les entraînements de la saison 2022-2023 selon les différents groupes. L'horaire peut être appelé à être modifié.

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Mini G.A.M.I.N.		17h15-18h		17h15-18h			
Récréatif	17h-17h55		17h-17h55				
Initiation	17h-18h		17h-18h		17h-18h		
Novice	18h-19h15		18h-19h15	18h-19h15	18h-19h15		
Provincial	18h-19h30	18h-19h30		18h-19h30	18h-19h30	7h-9h	
Espoir Junior	17h30-19h30	17h30-19h30	17h30-19h30	17h30-19h30	17h30-19h30	7h-10h	

# CONSIGNE LORS DES ENTRAÎNEMENTS

## Consigne aux nageurs

### Avant l'entraînement

- Se présenter 5-10 minutes avant l'entraînement
- Avoir son équipement (maillot, lunettes, etc.)
- Apporter une bouteille d'eau (contenant en plastique)
- Faire son échauffement à sec
- Participer à l'installation des câbles
- Prendre le matériel nécessaire (planche, pull, etc.)

### Pendant l'entraînement

- Respecter les entraîneurs ou le remplaçant
- Respecter les autres nageurs
- Respecter le matériel mis à la disposition du nageur
- Respecter les installations (vestiaires, piscine, etc.)
- Utiliser le matériel adéquatement

### Après l'entraînement

- Agir de façon calme dans les vestiaires
- Remettre aux parents la documentation lorsque requis

## Consignes aux parents

- Les parents sont responsables de leur(s) enfant(s) avant et après chaque entraînement. Les nageurs deviennent sous la responsabilité du G.A.M.I.N. à partir du moment où ils se présentent à leur entraîneur sur le bord de la piscine jusqu'au moment où ils quittent pour les vestiaires. Il serait souhaitable que les parents s'assurent que leur enfant ait rejoint son groupe avant de quitter la piscine et qu'ils soient de retour avant la fin de l'entraînement. De cette façon, chaque nageur bénéficie d'un encadrement sécuritaire, en tout temps.
- Assurer le transport de leur(s) enfant(s) avant et après chaque entraînement et compétition.
- Remettre les paiements exigés reliés aux activités du nageur (inscription, compétition, hébergement, transport, etc.)
- Pour une rencontre avec un entraîneur, prendre rendez-vous afin de respecter les périodes d'entraînement
- Faire preuve de respect envers les entraîneurs.

## Procédure disciplinaire

Selon la nature et la gravité de l'indiscipline, les sanctions suivantes pourront être prises :

1. L'assistant-entraîneur avise le nageur.



2. L'entraîneuse-chef communique avec les parents pour les informer du problème et décider des mesures à prendre.
3. Le nageur peut être suspendu par l'entraîneuse-chef pour une période maximum d'une (1) semaine.
4. Suite à la décision du conseil d'administration, le nageur est suspendu du club pour une période déterminée par le conseil et ce dernier peut même expulser un nageur qui ne respecte pas les règlements ou politiques du club ou qui agit contrairement à ses intérêts.

**NOTE :** Aucun remboursement ne sera accordé lors de la période de suspension ou lors d'une expulsion.

## COMPÉTITIONS

### Calendrier des compétitions

Le calendrier des compétitions sera remis et expliqué par l'entraîneur. Ce calendrier sera aussi accessible via le site web du G.A.M.I.N..

### Inscription et coûts des compétitions

L'inscription aux compétitions est effectuée par l'entraîneur de votre enfant et l'entraîneuse-chef a la responsabilité d'afficher l'horaire annuel des compétitions à jour sur le site internet du G.A.M.I.N.. Les nageurs et les parents ont la responsabilité de vérifier cet horaire et d'aviser les entraîneurs de leur absence à une compétition. **Les parents doivent donc confirmer par écrit (lettre ou courrier électronique) et ce, deux semaines avant l'événement que le nageur ne participera pas à une compétition.** Dans le cas contraire, le nageur sera automatiquement inscrit à toutes les compétitions inscrites au calendrier selon son niveau et les frais d'inscription (épreuves et, s'il y a lieu, transport et hébergement) seront imputés aux parents du nageur.

Tout nageur qui n'a pas participé à 75% des périodes d'entraînement peut se voir refuser l'inscription à une ou aux compétitions. La décision est prise par le Conseil d'administration sur recommandation de l'entraîneuse-chef.

Le transport (location de véhicules, essence et assurances), l'hébergement et les repas sont aux frais du nageur pour toutes les compétitions ou activités à l'extérieur. Les frais doivent être acquittés avant le départ pour la compétition.

### Préparation à une compétition

#### Équipement nécessaire

- Tenue sportive complète (short ou pantalon de jogging, t-shirt ou coton ouaté au logo du club, souliers de course)
- Maillot de l'équipe (un maillot de rechange dans le sac en cas de perte ou bris est une bonne idée)
- 2 paires de lunettes de natation
- Casque de bain avec le logo du club
- Sandales de plage (ou souliers) requises au bord de la piscine

- Serviette
- Cadenas pour les vestiaires
- Stylos (les jeunes écrivent sur leurs bras les séries et couloirs dans lesquels ils nagent!)
- Passe-temps calme (papier, crayons, cartes, etc.) – c’est parfois long toute une demi-journée sur le bord de la piscine quand tu nages 4 minutes en tout.
- Bouteille d’eau
- Collations :
  - Facile à digérer
  - Favoriser les glucides
  - Pas trop de gras ou de protéines
  - Exemples : fruits frais, séchés, en compote ou en conserve, légumes, barres tendres, muffins ou galettes nutritifs, céréales sèches, biscottes, craquelins, pitas, bagel, mélanges de randonnée, sandwich ou salades de pâtes pour les gros appétits
  - Pas de bonbons, chips ni chocolat

**NOTE :** Privilégiez les petites portions faciles à manger, surtout pour les plus jeunes qui parfois pourraient manger toute la boîte de craquelins entre 2 courses s'ils en ont la chance!

### **La veille de la compétition**

- Préparer le sac, les vêtements, les collations et la bouteille d’eau à apporter
- Se coucher tôt pour être en forme le jour de la compétition

### **Le jour de la compétition**

- Se lever à l'heure et prendre un bon déjeuner
- Partir assez tôt pour arriver à l'heure : votre enfant doit être prêt sur le bord de la piscine 15 minutes avant l'échauffement. Il faut donc prévoir en plus le temps pour trouver la piscine, les vestiaires et se changer.
- Porter maillot, casque de bain et chandail officiels du club de l’année en cours.
- Prévoir environ 4h30 à 5h00 pour une session de compétition, incluant l'échauffement

## **Consignes aux nageurs et aux parents lors d’une compétition**

### **Sur le site de la compétition**

- Les parents n'ont pas accès au bord de la piscine; on encourage des gradins (ou on devient officiel!)
- Seuls les entraîneurs sont admis au bord de la piscine pour encadrer les jeunes, les aider à développer leur autonomie et les supporter dans leurs bons et moins bons moments
- Certaines piscines ont des gradins très petits : il faut alors sortir entre les courses de notre enfant pour permettre à d'autres parents de voir nager les leurs
- Éviter de prendre des photos lors des départs (les flashes des caméras peuvent être confondus avec le flash lumineux du signal de départ pour les nageurs)

## **Pendant la compétition**

- Faire preuve de discipline et d'esprit sportif
- Voir son entraîneur avant et après chaque épreuve
- Porter les couleurs du club pour les cérémonies protocolaires
- Les nageurs doivent s'encourager mutuellement lors de leurs courses : nous sommes une équipe!
- Les nageurs doivent être respectueux envers les entraîneurs, les officiels, leurs coéquipiers et les nageurs des autres clubs aussi : l'esprit sportif est remarqué et apprécié de tous!

## **À la fin de la compétition**

- Vous pouvez quitter avec votre enfant, une fois qu'il a terminé ses courses. Il faut toutefois en avertir son entraîneur et s'assurer de ne pas avoir de relais à nager à la fin de la compétition
- Lors des Championnats et Festivals, la présence est requise jusqu'à la toute fin
- Si votre enfant a mérité une place en finale, il doit revenir pour la session du soir (son entraîneur l'en avisera lors de la session du matin)

## **Lorsque la compétition nécessite un transport et un hébergement**

- Respecter l'assignation des chambres
- Avoir un comportement calme et respectueux lors du transport par autobus
- Tenir la chambre dans un état convenable
- Respecter les accompagnateurs, chauffeur, personnel, etc.
- Respecter le couvre-feu
- Respecter les horaires (repas, départ, etc.)
- Agir de façon civilisée et avoir un langage adéquat
- Ne pas s'absenter ou quitter les lieux sans autorisation
- Rester avec les membres de l'équipe

## **Temps de qualification et attitude sportive**

### **Temps de qualification**

Les temps de qualification sont révisés par la FNQ tous les ans et peuvent être consultés sur leur site web : <https://fnq.ca/disciplines/disciplines-guide-technique/> (voir la section Temps de qualification).

Vous pouvez vous référer aux sites suivants :

- SplashMe (sur Google et Apple Store) : pour obtenir le programme des compétitions et les résultats en cours de compétition
- Swimrankings : <https://www.swimrankings.net/index.php?page=athleteSelect&nationId=0&selectPage=SEARCH>
- Site de la FNQ et Natation Canada : onglets pour les compétitions à venir, les résultats des compétitions passées et les temps officiels de votre enfant

En cours de compétition, les résultats seront affichés aux murs des corridors près de la piscine.

## Attitude sportive

Ce n'est pas parce qu'un nageur finit premier ou dernier de sa vague qu'il a gagné ou perdu l'épreuve. Il y a plusieurs vagues (séries) de nageurs pour une même épreuve et des nageurs de différentes catégories d'âge s'y affrontent.

Le rôle des parents est d'encourager son enfant et de recevoir ses « états d'âme » bons (ou mauvais!). Les critiques sur les temps, les corrections de styles et de techniques appartiennent aux entraîneurs!

Dans une saison, les nageurs connaissent de bonnes et de moins bonnes compétitions. Le secret est de persévérer.

## Compétitions organisées par le club

Le club G.A.M.I.N. organise des compétitions de niveau provincial. La réussite de ces événements dépend en grande partie du soutien et de la participation des parents. **Il est donc essentiel que les parents répondent à la demande de bénévolat comme ils s'y engagent, par ailleurs, au moment de l'inscription.** La participation des nageurs à cette compétition est obligatoire.

## ASSOCIATION RÉGIONALE

L'Association régionale Mauricie-Laval-Laurentides-Lanaudière (AMLLL) a été constituée en septembre 2003 suite aux changements apportés par la FNQ dans le découpage des régions au Québec où l'on retrouve 18 régions réparties dans 11 associations régionales.

Les nageurs sont invités à des rencontres à l'intérieur de l'Association afin de démontrer les habiletés développées à l'entraînement.

L'AMLLL assure un niveau de participation des nageurs développement (Initiation, Novice, Provincial et Développement) dans la région. Le tableau ci-dessous liste les clubs des villes qui font partie de cette association.

Région Mauricie	Région Laval	Région Laurentides	Région Lanaudière
Trois-Rivières	Laval	Mille-Îles (G.A.M.I.N.)	Repentigny
Shawinigan		Saint-Eustache	Terrebonne
		Saint-Jérôme	
		Mont-Laurier	

## LIGUE ESTIVALE DE NATATION (SWIM TEAM)

La région des Mille-Îles compte trois piscines extérieures, une piscine intérieure et un club privé offrant aux jeunes la possibilité de continuer la natation durant l'été. Un circuit de cinq rencontres régionales est prévu dans chacune des installations dont un championnat.

Le G.A.M.I.N., en partenariat avec les villes impliquées, offre une assistance technique aux nageurs et assure une visibilité pour le club.

Le G.A.M.I.N. encourage ses nageurs à participer à cette activité.

Les nageurs désirant s'inscrire peuvent s'informer des modalités à la piscine ou à l'Hôtel de ville de leur ville respective.

<b>Piscine</b>	<b>Adresse</b>	<b>Tél. piscine</b>	<b>Tél. ville</b>
Piscine municipale de Rosemère	339, ch. Grande-Côte	(450) 621-3500 p. 7374	(450) 621-3500
Piscine municipale de Sainte-Thérèse	Parc Richelieu	(450) 464-2489	(450) 434-1440
Piscine municipale de Lorraine	35, boul. d'Orléans	(450) 621-5101	(450) 621-8550
Curling Club Rosemère	224, ch. Grande-Côte	(450) 437-1374	(450) 621-3500
Centre Récréoaquatique de Blainville	190, rue Marie-Chapleau	(450) 434-5275	(450) 434-5200