



Guide Pratique du Sportif - GPS



AOÛT 2019 - NUMÉRO 1



UNBELIEVABLE

JEAN

stry-fit.com

Table des matières

Mot de la présidente du Réseau FADOQ	4
Mot du président de la FADOQ - Région Mauricie	5
Événements à ne pas manquer	6
Rôle du capitaine	8
Informations importantes	9
Programmation	11
Navettes	14

Mot de la présidente du Réseau FADOQ

Gisèle Tassé-Goodman



C'est un honneur et un plaisir pour moi de vous souhaiter la bienvenue aux 28^{es} finales provinciales des Jeux FADOQ, qui se dérouleront à Trois-Rivières, du 17 au 19 septembre. Encore cette année, plus de 1 200 participants en provenance de 16 regroupements régionaux seront de la partie lors de ce grand rassemblement actif portant la signature FADOQ.

Les Jeux FADOQ sont l'illustration parfaite des bienfaits du vieillissement actif, qui est inscrit dans l'ADN du Réseau depuis bientôt 50 ans. Ceux qui prennent part aux finales provinciales se sont d'abord illustrés aux finales régionales, qui font bouger pas moins de 15 000 personnes de 50 ans et plus.

Les Jeux FADOQ 2019 coïncideront avec le 50^e anniversaire de fondation de la FADOQ – Région Mauricie. Cela confèrera une ambiance toute spéciale aux compétitions amicales dans les 14 disciplines au menu, en plus d'ajouter une note encore plus festive à la très attendue Soirée des Jeux.

Félicitations à la région hôte pour l'organisation de cette 28^e édition de l'événement phare du Réseau et merci à la Ville de Trois-Rivières pour son accueil et sa grande collaboration.

Bonne chance à tous les participants! Surpassez-vous et, surtout, amusez-vous!

Mot du président de la FADOQ – Région Mauricie

Yves Bouchard



J'aimerais souhaiter la plus cordiale bienvenue dans notre magnifique région aux participants et accompagnateurs des 28^{es} Jeux provinciaux FADOQ, du 17 au 19 septembre. Nous sommes fiers de recevoir cet événement unique en son genre qui, chaque année, revient démontrer les bienfaits et le plaisir que procure un vieillissement actif.

en 2019, était le moment parfait pour mettre la Mauricie au cœur de l'action.

Il y a 15 ans que la Mauricie n'avait pas accueilli les finales provinciales des Jeux FADOQ. Le 50^e anniversaire de fondation de notre regroupement régional, que nous célébrons

Les Jeux FADOQ sont rien de moins que le plus grand rassemblement actif réservé aux 50+ dans la province. C'est tout un défi d'accueillir près de 1 200 personnes de partout au Québec et de fournir à tout ce beau monde des installations appropriées ainsi que des occasions de socialiser et d'avoir du plaisir.

Avant même que ne soit donné le coup d'envoi de ces Jeux, je tiens à remercier l'équipe du Secrétariat provincial, les employés du bureau régional, les bénévoles, la Ville de Trois-Rivières et tous les collaborateurs qui rendent cet événement possible.

La santé, c'est le bonheur. Alors, soyons actifs et heureux! Bons Jeux!

ÉVÉNEMENTS À NE PAS MANQUER

OUVERTURE DE LA 28^e ÉDITION DES JEUX FADOQ

Mardi 17 septembre 2019

Entrée gratuite. Inscription obligatoire auprès de votre bureau régional FADOQ.

Hôtel Delta Trois-Rivières
Hall du Temps (au rez-de-chaussée)
Trois-Rivières, G9A 6E5

17 h 30 à 19 h

Cocktail et cérémonie d'ouverture

Venez rencontrer Marcel Jobin, athlète olympique, pour un autographe et une photo.

Une consommation sera offerte aux compétiteurs ainsi que quelques bouchées (coupon remis à l'accréditation)

Navettes gratuites circulant entre les hôtels Holiday InnExpress - Hôtel Gouverneur - Hôtel Delta

Départ : 16 h 30 et 17 h 10
Retour : 19 h

REMISE DES MÉDAILLES

Mercredi 18 et jeudi 19 septembre 2019

Les médailles seront remises sur les sites respectifs de chaque discipline à la fin des compétitions.

Le marcheur olympique Marcel Jobin nous fera l'honneur de remettre les médailles pour les disciplines marche et course.





SOIRÉE DES JEUX (BANQUET)

Mercredi 18 septembre 2019

THÉMATIQUE WESTERN

55 \$, taxes et service inclus.
Inscription obligatoire auprès de votre bureau régional FADOQ.

Hôtel Delta Trois-Rivières
Salle Trois-Rivières
Trois-Rivières, G9A 6E5

18 h 30

Soirée des Jeux
Animation western et tirages

Navettes gratuites circulant entre les hôtels.

Hôtel Holiday InnExpress - Hôtel Delta

Départ : 17 h 30 et 18 h

Retour : 21 h 30 à 23 h 45

Hôtel Gouverneur - Hôtel Delta

Départ : 17 h 30 et 18 h

Retour : 21 h 30 à 23 h 45



Vous êtes LA référence pour votre équipe. Il est essentiel de transmettre à vos coéquipiers les informations que vous trouverez dans ce bulletin. Vous avez de plus la responsabilité de prendre connaissance des règlements de votre discipline avant les compétitions et d'en informer vos joueurs.

Vous êtes aussi le porte-parole de votre équipe. Vous êtes le seul à pouvoir adresser la parole aux arbitres. Rappelez-vous que vous jouez pour le plaisir et que jamais un manque de respect ne sera toléré. L'esprit sportif, le respect d'autrui, la saine compétition et un bon jugement sont donc de rigueur tout au long des compétitions.

Pendant les Jeux :

- Vous devez obligatoirement vous présenter à la **Bâtisse Industrielle** pour obtenir vos documents, vos polos des Jeux et vos bracelets de repas avant le début de la compétition, à l'exception du pickleball et du golf;
- 30 minutes avant le début de votre compétition, vous devez être présent à la réunion qui se tient sur votre site de compétition, sauf dans le cas des quilles où il n'y en a pas;
- Vous devez vous assurer que votre équipe connaît les règlements en vigueur et l'informer des modifications le cas échéant.

ACCRÉDITATION

L'accréditation se fera à la Bâtisse Industrielle préférablement la journée avant la compétition OU le matin de la compétition. Si vous comptez vous accréditer le matin de votre compétition, prévoyez arriver au moins une heure avant le début de la compétition à laquelle vous participez. Voici l'horaire d'ouverture de l'accréditation :

17 septembre de 10 h à 17 h, 18 septembre de 7 h à 17 h 30 et 19 septembre de 7 h à 12 h.

N.B. : L'accréditation pour le pickleball et le golf se fera directement sur les sites de compétitions, le matin même de la compétition.

Compétiteurs

Tous les compétiteurs peuvent s'accréditer. Toutefois, afin d'accélérer le processus, nous recommandons que le capitaine de l'équipe procède à l'accréditation de son équipe. Ce dernier est donc responsable de remettre tous les documents reçus à ses joueurs.

Accompagnateurs | Délégués | Représentants | Présidents | Substituts

Vous devez OBLIGATOIREMENT vous inscrire au bureau d'accréditation des Jeux FADOQ.

DISQUALIFICATION

Le retard de votre équipe le jour de la compétition pourrait entraîner une disqualification de l'équipe. Dans une telle situation, il est essentiel d'en informer votre responsable de délégation. Il est donc important de tenir compte du trafic et de prévoir 30 minutes de plus par rapport au temps habituel prévu pour votre trajet.

Aucun manque de respect envers un autre joueur, un bénévole ou un membre de l'organisation ne sera toléré et pourrait entraîner une disqualification du joueur ou de l'équipe en faute. Tout manquement aux règlements provinciaux peut entraîner une disqualification du joueur ou de l'équipe. Toute forme de « tricherie » est interdite et pourrait entraîner une disqualification.

NOUVEAUTÉ

VIRAGE VERT

Cette année, le Réseau FADOQ prend un virage vert et vous offre exceptionnellement une bouteille isotherme que vous devez remplir avant votre arrivée sur le plateau de compétition.

**Aucune bouteille d'eau jetable ne sera distribuée sur les sites.*

BRIGADE VERTE

Vous pourrez constater au cours des Jeux la brigade verte qui nous aidera à rendre cet événement plus écoresponsable.

CADEAU DE PARTICIPATION

Le Réseau FADOQ est heureux d'offrir gratuitement aux participants et représentants de délégation le polo officiel des Jeux 2019. Vous pourrez vous le procurer lors de votre accréditation.

REPAS

C'est lors de votre accréditation que vous recevrez les bracelets donnant accès aux repas que vous avez réservés au moment de l'inscription. Les accompagnateurs qui ont acheté un dîner lors de l'inscription auront aussi ce droit. Le dîner se prend directement au site de compétition indiqué dans l'horaire et se déroule à des heures variables selon les disciplines.

La priorité sera donnée à ceux qui auront réservé et payé leur repas. Les périodes de repas respectent un horaire établi selon les disciplines. S'il reste des repas à la fin de la distribution, il sera permis d'en acheter.

TRANSPORT

Le service de navettes est offert gratuitement et relie les principaux sites. L'horaire officiel des navettes sera affiché sur les sites de compétitions, dans les hôtels . Il vous sera aussi remis lors de votre accréditation.

Lors des journées de compétitions, nous recommandons aux capitaines de prendre le premier départ.

PREMIERS SOINS

Une équipe de premiers soins sera sur place pendant toute la durée des Jeux. Elle sera présente sur l'ensemble des sites de compétitions.

Sachez que le Réseau FADOQ permet à ses membres de représenter le Québec aux Jeux du Canada 55+ et aux Jeux américains 50+. Pour information : fadoq.ca ou 1 800 544-9058.



PROCHAINS JEUX : CANADA 55+ GAMES 2020 À KAMLOOPS

Pour participer, les joueurs doivent être membres FADOQ. Ils doivent être âgés d'au moins 50 ans au 31 décembre de l'année précédant les Jeux canadiens et ne doivent pas avoir été reconnus comme athlètes professionnels dans les 20 dernières années.

C'est peut-être vous ou votre équipe qui représentera le Québec, au Canada!

JOUR 1 | Mardi 17 septembre 2019

10 h	Ouverture du bureau d'accréditation	Bâtisse Industrielle 1760, avenue Gilles Trois-Rivières, G8Z 0A4
17 h	Fermeture du bureau d'accréditation	Bâtisse Industrielle 1760, avenue Gilles Trois-Rivières, G8Z 0A4
17 h 30 à 19 h	Cocktail et cérémonie d'ouverture <i>Une consommation sera offerte à chaque compétiteur ainsi que quelques bouchées (coupon remis à l'accréditation)</i> Sur réservation seulement, accès gratuit Navettes disponibles à partir de chaque hôtel	Hôtel Delta Trois-Rivières Hall du Temps (au rez-de-chaussée) 1620, rue Notre-Dame Centre, Trois-Rivières, G9A 6E5

JOUR 2 | Mercredi 18 septembre 2019

Les dîners du mercredi sont à heures variables selon les sites de compétitions.

7 h	Ouverture du bureau d'accréditation Pour les compétiteurs de pickleball qui arrivent le mercredi, l'accréditation se fait au site de compétition	Bâtisse Industrielle 1760, avenue Gilles Trois-Rivières, G8Z 0A4
7 h à 8 h	Accréditation des joueurs de pickleball	UQTR 3351, boulevard des Forges Trois-Rivières, G8Z 4M3
8 h	Ouverture des sites de compétitions	
8 h 30	Réunion des capitaines	Tous les sites
9 h à 17 h	 BASEBALL POCHE	Bâtisse Industrielle 1760, avenue Gilles Trois-Rivières, G8Z 0A4
9 h à 17 h	 DARDS	Bâtisse Industrielle 1760, avenue Gilles Trois-Rivières, G8Z 0A4
9 h à 17 h	 PÉTANQUE	Pétanque Amis 1701, rue Notre-Dame Est Trois-Rivières, G8T 8B2
9 h à 17 h	 PÉTANQUE ATOUT	Bâtisse Industrielle 1760, avenue Gilles Trois-Rivières, G8Z 0A4
9 h à 17 h	 PETITES QUILLES HANDICAP OPEN LIBRE ET MIXTE	Quillorama 4520, boulevard des Récollets Trois-Rivières, G9A 4N2
9 h à 17 h	 PICKLEBALL 50+ HOMME - FEMME - MIXTE 65+ HOMME - FEMME - MIXTE	UQTR 3351, boulevard des Forges Trois-Rivières, G8Z 4M3
Entre 16 h et 17 h	Remise des médailles des compétitions du mercredi	Tous les sites
17 h 30	Fermeture du bureau d'accréditation	Bâtisse Industrielle 1760, avenue Gilles Trois-Rivières, G8Z 0A4
18 h 30	Soirée des Jeux - Thématique western Consommations aux frais des participants Sur réservation seulement, 55 \$ (taxes et service inclus) Repas 4 services, tirages, animation, danse et musique en fin de soirée	Hôtel Delta Trois-Rivières SalleTrois-Rivières 1620, rue Notre-Dame Centre, Trois-Rivières, G9A 6E5

JOUR 3 | Jeudi 19 septembre 2019

Les dîners du jeudi sont à heures variables selon les sites de compétitions.

7 h	Ouverture du bureau d'accréditation	Bâtisse Industrielle 1760, avenue Gilles Trois-Rivières, G8Z 0A4
8 h	Ouverture des sites de compétitions	
8 h 15 à 9 h 15	Accréditation des joueurs de golf	Club de Golf Ki-8-Eb 8200, boulevard des Forges Trois-Rivières, G8Y 4W2
8 h 30	Réunion des capitaines	Tous les sites
10 h à 18 h	 BILLARD	Le 755-Billard et Golf virtuel 249, rue Vachon Trois-Rivières, G8T 8P6
10 h 30 à 17 h	 GOLF 50+ HOMME - FEMME - MIXTE 65+ HOMME - FEMME - MIXTE	Club de Golf Ki-8-Eb 8200, boulevard des Forges Trois-Rivières, G8Y 4W2
9 h à 17 h	 GROSSES QUILLES HANDICAP OPEN LIBRE ET MIXTE	Quillorama 4520, boulevard des Récollets Trois-Rivières, G9A 4N2
9 h à 10 h 30	 COURSE À PIED 5 KM HOMME ET FEMME 10 KM HOMME ET FEMME	Parc Pie-XII 2850 boul. Gene-H.-Kruger Trois-Rivières, G9A 4L9
10 h 30 à 11 h 30	 MARCHE PRÉDICTION INDIVIDUEL	
13 h à 14 h 30	 MARCHE PRÉDICTION ÉQUIPE	
14 h 30 à 16 h	 MARCHE RAPIDE HOMME ET FEMME	
9 h à 17 h	 PALET	Bâtisse Industrielle 1760, avenue Gilles Trois-Rivières, G8Z 0A4
9 h à 17 h	 SACS DE SABLE	Bâtisse Industrielle 1760, avenue Gilles Trois-Rivières, G8Z 0A4
Entre 16 h et 17 h	Remise des médailles des compétitions du jeudi	Tous les sites
12 h	Fermeture du bureau d'accréditation	Bâtisse Industrielle 1760, avenue Gilles Trois-Rivières, G8Z 0A4

Événements spéciaux

Cérémonie d'ouverture | Mardi 17 septembre 2019

TRAJET	HEURES
Hôtel Holiday Inn Express – Hôtel Gouverneur – Hôtel Delta	Départ : 16 h 30 et 17 h 10 Retour : 19 h

Soirée des Jeux | Mercredi 18 septembre 2019

TRAJET	HEURES
Hôtel Holiday Inn Express – Hôtel Delta	Départ : 17 h 30 et 18 h Retour : 21 h 30 à 23 h 45
Hôtel Gouverneur – Hôtel Delta	Départ : 17 h 30 et 18 h Retour : 21 h 30 à 23 h 45

Compétitions

Pickleball | Mercredi 18 septembre 2019

TRAJET	HEURES
Hôtel Holiday Inn Express – Hôtel Delta – Hôtel Gouverneur – CAPS de l'UQTR	Départ : 6 h 45
Hôtel Delta – Hôtel Gouverneur – CAPS de l'UQTR	Départ : 7 h 40
Bâtisse Industrielle – CAPS de l'UQTR	Départ : 7 h 30 et 7 h 50
Retour vers la Bâtisse Industrielle et les 3 hôtels : 13 h 30 – 14 h 30 – 16 h	

Veuillez vous présenter au point de rassemblement 10 minutes avant l'heure de départ prévue.

Cet horaire ne tient pas compte des retards causés par le trafic ou les travaux routiers. Merci de votre compréhension.



Cette 28^e édition est rendue possible grâce
à ses Grands Partenaires



Auto • Habitation



Vie • Santé • Investissement

et ses commanditaires

Lobe



avec la participation financière de

Québec 