



RÈGLEMENTS ET POLITIQUES 2023

EXONÉRATION DE RESPONSABILITÉ	2
COVID-19 ET LES MESURES DE SANTÉ PUBLIQUE	2
AUTORISATION DE DIFFUSION DES RENSEIGNEMENTS MÉDICAUX ET AUTORISATION DE TRANSPORTER UNE PERSONNE BLESSÉE OU MALADE.	3
ASSURANCE	3
VÊTEMENTS	4
CONTRIBUTION/BÉNÉVOLAT	4
COTISATION « FONDS DES SENTIERS »	5
POLITIQUE DE REMBOURSEMENT DE L'INSCRIPTION D'UN MEMBRE AU CVM LAC-BEAUPORT	6
INSCRIPTION AUTOMATIQUE À L'INFOLETTRE DU VOLET DE CHAQUE INSCRIPTION	6
RÉCRÉATIF JEUNES	7
RÉCRÉATIF ADULTES	9
COMPÉTITIF JEUNES (ÉQUIPE DE COURSE)	12
RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES	13

EXONÉRATION DE RESPONSABILITÉ

Je soussigné(e) reconnais que la pratique du sport de vélo de montagne récréatif et les compétitions sportives s'y rattachant comportent des risques et des dangers inhérents, telles que les blessures corporelles et/ou les dommages matériels. Considérant l'acceptation de mon inscription comme membre du Club de vélo de montagne du Lac-Beauport, j'assume seul(e) la responsabilité de tout dommage de quelque nature que ce soit, que je pourrais subir ou que je pourrais causer à autrui, dans le cadre des sorties de vélo de montagne récréatives et des compétitions sportives s'y rattachant. Je renonce à intenter contre le Club de vélo de montagne du Lac-Beauport, son conseil d'administration, ses entraîneurs, ses représentants, ses commanditaires, partenaires, ses bénévoles et ses membres, quelque recours que ce soit suite à la survenance de pertes, dommages ou blessures de quelque nature que ce soit que je pourrais subir à l'occasion de la pratique du vélo de montagne sous la supervision du club de vélo de montagne du Lac-Beauport et cela avant, pendant et après la pratique de celle-ci. Je déclare comprendre les conditions contenues à la présente. De plus, je reconnais avoir pris connaissance de la présente préalablement à sa signature, avoir pu faire toutes les consultations que je jugeais nécessaires et avoir signé la présente librement et volontairement.

COVID-19 ET LES MESURES DE SANTÉ PUBLIQUE

Nous sommes tenus de respecter les directives du Gouvernement, de la Santé publique et de la Fédération québécoise des sports cyclistes (FQSC). La sécurité des membres prime sur les activités normales du club.

Le conseil d'administration du Club suit la situation COVID de près et nous nous tenons prêts à adapter, modifier, annuler ou poursuivre les activités du Club en fonction de ce qui sera recommandé ou imposé par les autorités. Votre CA s'engage à faire de son mieux dans la mesure de ses moyens et de ce qui nous est permis.

Dans l'éventualité où la saison ne puisse être lancée, les membres conserveront leur assurance, mais celle-ci ne pourra pas être remboursée.

AUTORISATION DE DIFFUSION DES RENSEIGNEMENTS MÉDICAUX ET AUTORISATION DE TRANSPORTER UNE PERSONNE BLESSÉE OU MALADE.

J'autorise, par la présente, les responsables du Club de vélo de montagne Lac-Beauport à diffuser, pour des raisons de sécurité, à tous les responsables du Club de vélo de montagne les informations contenues sur ma fiche d'inscription, à dispenser si nécessaire les premiers soins, à me transporter au bureau du médecin, à une Clinique, à un CLSC ou à un hôpital, pour examens et soins appropriés lorsque je me blesse ou manifeste un malaise subit durant la pratique du vélo. Vous devez aviser le Club de vélo de montagne Lac-Beauport, par écrit, de toute modification de votre état de santé ou de tout changement quant à cette clause.

ASSURANCE

Les frais d'assurance exigés lors de l'inscription correspondent aux frais encourus par le club de vélo de montagne du Lac-Beauport pour une couverture d'assurance responsabilité civile de 5 000 000 \$.

Cette assurance est obligatoire pour le fonctionnement du Club et la pratique du vélo de montagne encadré.

Les participants inscrits aux volets récréatifs jeunes ou adultes bénéficient d'une couverture par la FQSC. Le Club se charge de communiquer vos coordonnées afin que vous soyez couverts.

Les athlètes du volet compétitif doivent commander leur licence de course en passant par le site web de la FQSC. Celle-ci inclut une couverture, assurance responsabilité et accident.

<https://fqsc.net/adhesion-et-affiliation>

Les détails de la police sont disponibles en communiquant avec la FQSC ici :

<https://fqsc.net/assurances>

Field Code Changed

VÊTEMENTS

Comme mentionné précédemment, il est obligatoire pour tous les membres de porter le maillot officiel du club lors de ses activités. Garneau est notre fournisseur officiel.

En fonction des consignes en vigueur de la Santé publique, l'essayage des vêtements se fera à l'Espace Garneau à St-Augustin-de-Desmaures. Les commandes se font en ligne en passant par la plateforme de commande de Garneau.

Il y aura deux périodes de commande. La première boutique sera ouverte au lancement des inscriptions et fermera le 31 janvier. La deuxième et dernière boutique de commande de vêtements fermera le 31 mars.

Les détails logistiques vous seront communiqués par courriel.

Notez que les vêtements sont non échangeables et non remboursables.

Encadreur/Entraîneur

Votre responsable de volet vous communiquera la marche à suivre afin de passer votre commande (les maillots sont différents de ceux des membres).

CONTRIBUTION/BÉNÉVOLAT

Le club croit que la pratique du vélo de montagne et son succès passent par l'implication de tous les membres. Afin de permettre la réalisation de différentes activités, le développement et l'entretien des sentiers, une politique a été mise en place et s'applique à tous les membres Récréatif Adultes et les familles de l'Équipe de course.

Le niveau d'implication a été établi de la façon suivante :

- Une (1) demi-journée par adulte (ou un équivalent de 3 h 30);
- Équipe de course : deux (2) journées ou quatre (4) demi-journées par famille (ou un équivalent de 14 heures), et ce, quelque soit le nombre de jeunes inscrits au Compétitif

Pour le volet Récréatif Adulte, un montant de 25 \$ est inclus dans les frais lors de l'inscription comme contribution. Lorsque celle-ci est effectuée, cela donne accès à un code promotionnel de 50\$ qui sera applicable lors de l'inscription l'année suivante. Il vous sera acheminé par courriel avant la prochaine période d'inscriptions.

Pour le Compétitif, une demande de paiement d'un montant de 50 \$ par famille sera envoyée au cours de la saison si le bénévolat n'est pas effectué. Les familles ayant réalisé leur part de bénévolat se verront offrir un code promo pour l'inscription de l'année suivante.

À noter qu'un Récréatifs Adulte qui a au moins un enfant dans le Compétitif sera intégré dans la politique de bénévolat relative au compétitif.

En résumé :

1 membre Récréatif Adulte	1 contribution de 25 \$ à l'inscription	Code promo d'un montant de 50\$ pour la saison suivante fourni après la réalisation des corvées attendues.
1 membre ou plus dans l'Équipe de course	Pas de contribution à l'inscription mais une contribution de 25\$ ou 50 \$ exigée par la suite en fonction du bénévolat réalisé.	Code promo pour la saison suivante fourni après la réalisation des corvées attendues.

Bien qu'aucun dépôt ne soit exigé pour les membres du Récréatif Jeunes, il n'en reste pas moins que la contribution des parents est nécessaire au succès de l'ensemble des activités et des sorties de leur volet.

Nous comprenons que l'application d'une telle politique oblige le club à définir une offre claire et structurée des possibilités de contribution. De plus amples informations suivront avant le début de la saison.

COTISATION « FONDS DES SENTIERS »

Au cours des dernières années, le Club a investi de bonnes sommes d'argent et d'efforts afin de développer et entretenir les sentiers autour du Sibéria Spa et de l'école le Sommet. Ces investissements permettent à tous les membres du club de poursuivre leur apprentissage du vélo de montagne en fonction de leur niveau. Afin de maintenir ces initiatives et d'offrir de nouvelles opportunités de développement, le club demande l'aide de tous et chacun afin de créer un fonds de développement et d'entretien des sentiers et du plateau d'entraînement. Il a donc été décidé d'ajouter au formulaire d'inscription la possibilité pour vous de contribuer volontairement à cet effet.

On a besoin de vos dons afin de financer l'achat de matériel de remplissage, de drainage, et d'outils afin de bien prendre soin des sentiers que vous empruntez.

Notre communauté est tissée serrée; si vous roulez, aidez.

<https://cvmlacbeauport.ca/pages/fonds-des-sentiers>

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT DE L'INSCRIPTION D'UN MEMBRE AU CVM LAC-BEAUPORT

Avant le lancement de la saison, soit la première sortie officielle, toute demande de remboursement se verra imposer des frais administratifs de 20 \$ qui seront déduits des frais d'inscription déjà perçus. L'assurance n'est pas remboursable. Si vous avez effectué un paiement de contribution au bénévolat, il vous sera pleinement remboursé.

Suivant le début de la saison, et ce jusqu'à la quatrième sortie officielle, toute demande de remboursement se verra imposer des frais d'administration de 20 \$ et un remboursement partiel de 50 % du montant de l'inscription. L'assurance, quant à elle, n'est pas remboursable. Si vous avez effectué un paiement de contribution au bénévolat, il vous sera pleinement remboursé.

Après la huitième sortie officielle, aucun remboursement ne sera effectué, peu importe le motif. Si vous avez effectué un paiement de contribution au bénévolat, il vous sera pleinement remboursé.

Notez que l'assurance n'est jamais remboursable.

Notez que les vêtements commandés sont non remboursables.

Tableau sommaire des politiques de remboursement :

Date limite	Remboursement inscription	Frais d'administration	Remboursement Assurance	Contribution au bénévolat
Jusqu'à la 1re sortie officielle	100%	\$20	Non	Remboursée
Jusqu'à la 4e sortie officielle	50%	\$20	Non	Remboursée
Après la 8e sortie officielle	0%	\$0	Non	Remboursée

INSCRIPTION AUTOMATIQUE À L'INFOLETTRE DU VOLET DE CHAQUE INSCRIPTION

En vous inscrivant, ou en inscrivant votre enfant, vous donnez ainsi votre autorisation explicite au Club de saisir votre adresse courriel et de vous inscrire à la liste d'envoi du volet en question. Ce mécanisme est nécessaire afin d'assurer que les communications du Club se rendent bien aux membres. Vous pouvez à tout moment vous désabonner.

LES VOLETS

RÉCRÉATIF JEUNES (7 ans à 18 ans au 31 décembre de l'année en cours)

Les frais d'inscription pour la saison sont de 265 \$ pour l'ensemble des groupes, sauf pour le groupe enduro qui est de 285\$. À ces montants s'ajoutent 30 \$ en frais d'assurance responsabilité propre au club de vélo de Montagne du Lac-Beauport. L'achat d'une licence récréative de la FQSC n'est pas requis pour les jeunes récréatifs qui ne désirent pas prendre part à des compétitions.

Note pour les parents

Notez bien qu'afin d'assurer la sécurité, chaque groupe de jeunes doit être accompagné de parents en plus de l'encadreur, il faut donc prévoir de participer à plusieurs sorties en accompagnement. Comme nous avons environ 30 sorties, et que nous devons avoir 2 parents pour chaque groupe, il faut prévoir accompagner CHAQUE enfant entre 3 et 4 fois dans la saison.

Veillez également noter que le port du maillot officiel est obligatoire pour tous les membres.

Remarque aptitudes

Votre jeune doit être âgé de 7 ans à 18 ans au 31 décembre de l'année en cours et savoir utiliser un vélo de 20". Avant son entrée au club, l'enfant doit être habile sur un vélo à 2 roues. De plus, il doit maîtriser les techniques de base, telles que pédaler et freiner.

Encadreurs

Inscrivez-vous comme encadreur c'est gratuit. Une fois inscrit, le responsable du volet fera un suivi avec vous (en-dedans de 2 semaines) et confirmera les détails et votre inscription.

Groupe enduro

Le Club offre une option « Enduro » et l'esprit du groupe est le suivant :

- Groupe limité à 15 places pour les jeunes âgés de 14 à 17 ans (inclusivement);
- qui par le biais de ses encadreurs/entraîneurs met l'accent sur le développement des habiletés techniques de type enduro;
- qui cible des sentiers de difficulté plus avancée techniquement à chacune des sorties; et
- dont le rythme sera modéré pour les montées, mais rapide dans les descentes.

Avantages supplémentaires du groupe enduro :

- Une sortie additionnelle aux Sentiers du Moulin;
- l'accès à une remontée mécanique lors de la sortie du club au Mont-Ste-Anne; et
- l'accès à un coach invité spécifique à l'enduro lors d'une sortie dans un centre de pratique de vélo de montagne.

Option d'initiation à la compétition

Une autre option pourrait être de regarder du côté du compétitif. En effet, si votre jeune souhaite s'initier à la compétition, faire partie de l'équipe de course peut être une option intéressante. Les débuts en compétition se font au rythme de chacun! La motivation et l'intérêt suffisent, il n'y a aucun critère de sélection basé sur les performances!

Pour de plus amples informations, vous pouvez contacter le volet Compétitif Jeunes ici : competitif@cvmlacbeauport.ca ou directement le coach ici : coach@cvmlacbeauport.ca.

Informations supplémentaires

Contactez notre responsable du volet Récréatif Jeunes ici : jeunes@cvmlacbeauport.ca

POLITIQUE DES GROUPES POUR LE RÉCRÉATIF JEUNES

En tant que parent/tuteur légal, je reconnais que, bien que mon enfant ainsi que moi-même puissions être préalablement consultés, la décision du groupe (niveau) auquel sera affecté mon enfant reviendra entièrement à l'équipe d'entraîneurs et/ou encadreurs. Notez également que le groupe (niveau) des enfants n'est pas nécessairement déterminé par l'âge ni par la catégorie de ce dernier.

En tant que parent/tuteur légal, il est de ma responsabilité de m'assurer que mon enfant porte des vêtements de sport adaptés à l'activité et à la température. Lors de mauvais temps ou d'apparence de mauvais temps, même si le club annonce que les activités ont lieu, la décision finale de participer à l'activité me revient.

Enfin, je mesure bien que la participation de mon enfant au club de vélo de montagne est une activité à vocation sportive et que mon enfant doit se conformer au code de bonne conduite, sportivement et respectueusement envers les autres membres du club, adultes, enfants ou entraîneurs ainsi que toute autre personne avec qui mon enfant pourrait avoir à interagir.

RÉCRÉATIF ADULTES

Il y a 9 groupes, de débutant à expert. Certains groupes peuvent être subdivisés selon le nombre de personnes par groupe. Choisir un groupe en fonction de votre niveau d'expérience et de votre forme physique.

Le choix du groupe nous permet d'évaluer la répartition de nos membres et les besoins d'entraîneurs. Il est toujours possible de changer de groupe en cours de saison.

Chaque groupe dispose d'un à deux encadreur(s).

Le coût d'inscription pour la saison est de 175 \$. Ce montant inclut l'accès aux sentiers lors de certaines sorties spéciales organisées par le club.

À cela, le membre doit ajouter 30 \$ en frais d'assurance responsabilité propre à notre club, pour la pratique du vélo de montagne. Aucune affiliation à la FQSC n'est alors nécessaire pour les sorties du club.

Enfin, le membre doit ajouter 25 \$ pour la contribution monétaire au bénévolat. Si le membre participe aux activités qui lui sont proposées durant la saison il se verra octroyer un code promo pour l'inscription de la saison suivante (voir politique sur le bénévolat ci-bas).

Veuillez également noter que le maillot est obligatoire pour tous les membres.

Besoin d'informations supplémentaires? Contactez notre responsable du volet Récréatif Adultes ici : adultes@cvmlacbeauport.ca.

DÉBUTANTS 1

Votre expérience en vélo de montagne est absente, ou très limitée. Ce groupe vise les gens qui veulent apprendre les techniques de base en vélo de montagne et qui sont actifs sur une base hebdomadaire. Lors des sorties du mardi, attendez-vous à une sortie de moins de 10 km et de moins de 200 m de dénivelé positif. Lors de celles des samedis, il faut s'attendre à faire une sortie de 10 km à 15 km dans des sentiers d'apprentissage, peu techniques et roulants.

DÉBUTANTS 2

Vous roulez en groupe depuis au moins une saison. Vous savez apprécier les sorties exploratoires et développer vos connaissances techniques de base. Ce groupe est semblable au groupe Débutant 1, toutefois avec 20 % plus de niveau technique, de distance et de dénivelé positif.

INTERMÉDIAIRES 1

On retrouve souvent un heureux mélange de bons pilotes un peu moins en forme, et de moins bons pilotes en bonne forme physique. On peut donc se permettre un peu plus de dénivelé et de sentiers techniques. Lors des sorties des mardis soirs, on s'attend à une sortie de moins de 15 km et de moins de 250 m à 300 m de dénivelé. Lors du samedi, on s'attend à une sortie entre 15 km et 20 km.

INTERMÉDIAIRES 2

Semblable au groupe Intermédiaire 1, mais avec environ 20 % plus de niveau technique, de dénivelé, et de distance.

AVANCÉS 1

Ces membres sont en forme physiquement. Leur niveau technique est intéressant et demande de savoir piloter dans toutes sortes de terrains (secs, mouillés, rocheux, ou enracinés). Il faut être autonome et connaître la mécanique de vélo de base. Une sortie du mardi représente 15 km avec un dénivelé pouvant atteindre les 350 m. Tandis que les sorties du samedi peuvent varier entre 20 km et 25 km et plus de 400 m de dénivelé.

AVANCÉS 2

Semblable au groupe Avancé 1, mais avec 20 % plus de distance et de dénivelé positif.

EXPERTS 1

Groupe axé sur la vitesse, la distance et le dénivelé avec un niveau technique poussé. Ses membres disposent d'une excellente forme physique et peuvent soutenir un tempo rapide. Peu ou pas de pauses. Les sorties du mardi tournent autour de 20 km avec un dénivelé d'environ 500 m alors que celles du samedi peuvent aller jusqu'à 40 km, et 700 m à 800 m de dénivelé positif.

EXPERTS 2

Semblable au groupe Expert 1, mais avec 20 % plus de distance et de dénivelé positif.

NOTE POUR LA CONTRIBUTION DE BÉNÉVOLAT – VOLET RÉCRÉATIF ADULTES

Le club croit que la pratique du vélo de montagne et le succès du club passent par l'implication de ses membres. Afin de permettre la réalisation de différentes activités, le développement et l'entretien des sentiers, une politique a été mise en place et s'applique à tous les membres récréatifs adultes. Ainsi, nous requérons un dépôt supplémentaire de 25 \$. Une fois les activités de bénévolat réalisées, vous recevrez un code promo à appliquer lors de l'inscription de l'année suivante.

COMPÉTITIF JEUNES (ÉQUIPE DE COURSE)

Il y a une classification de base selon l'âge.

- Atome (2011-2012) U11
- Pee wee (2009-2010) U13
- Minime (2007-2008) U15
- Cadet (2005-2006) U17
- Junior (2003-2004) U19

Le coût de l'inscription pour la saison est de 360 \$. Ce montant inclut votre assurance responsabilité lors des entraînements pour la saison. L'achat de la licence de course de la FQSC demeure votre responsabilité.

Pour celui ou celle qui n'était pas membre de l'équipe de course l'an dernier, bien vouloir communiquer avec notre entraîneur-chef ici : coach@cvmlacbeauport.ca, avant de vous inscrire afin qu'elle vous explique les objectifs et implications attendues. Aucune sélection n'est faite sur la base des performances et résultats, mais plutôt le désir et la motivation sont considérés.

Prenez note qu'il y a un âge minimum pour faire partie de l'équipe de course. Le postulant doit faire partie de la catégorie Atome U11 (Année de naissance 2011-2012).

Veuillez également noter que **le port du maillot et du bib est obligatoire** pour tous les membres de l'équipe de course, autant lors des entraînements que lors des courses.

Pour de plus amples informations, vous pouvez contacter le volet Compétitif Jeunes ici : competitif@cvmlacbeauport.ca ou directement le coach à c.

POLITIQUE DES GROUPES POUR LE COMPÉTITIF JEUNES

En tant que parent/tuteur légal, je reconnais que, bien que mon enfant ainsi que moi-même puissions être préalablement consultés, la décision du groupe (niveau) auquel sera affecté mon enfant reviendra entièrement à l'équipe d'entraîneurs et/ou encadreurs. Notez également que le groupe (niveau) des enfants n'est pas nécessairement déterminé par l'âge ni par la catégorie de ce dernier.

En tant que parent/tuteur légal, il est de ma responsabilité de m'assurer que mon enfant porte des vêtements de sport adaptés à l'activité et à la température. Lors de mauvais temps ou d'apparence de mauvais temps, même si le club annonce que les activités ont lieu, la décision finale de participer à l'activité me revient.

Enfin, je mesure bien que la participation de mon enfant au club de vélo de montagne est une activité à vocation sportive et que mon enfant doit se conformer au code de bonne conduite, sportivement et respectueusement envers les autres membres du club, adultes, enfants ou entraîneurs ainsi que toute autre personne avec qui mon enfant pourrait avoir à interagir

RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES

Si vous avez besoin de plus amples renseignements ou si vous avez des questions concernant ces politiques et règlements, veuillez communiquer avec CVMLB par courriel à info@cvmilacbeauport.ca, ou par la poste :

CVM Lac-Beauport
A/S Politiques et règlements
C.P. 1054,
Lac Beauport, QC
G3B 2J8