



滿地可國際龍舟會
FESTIVAL DE COURSES DE BATEAUX-DRAGONS DE MONTRÉAL
MONTREAL DRAGON BOAT RACE FESTIVAL

organisé par:
Association des
restaurants chinois
du Québec

Clinique de barreur 2011

(See English below)

Date: 21, 22 mai 2011

Endroit: Bassin olympique

Instructeurs: Dan Levine & Sylvain Laberge

Heures: 10:00 – 16:00 (BBQ à la fin de la 2em journée)

Coût: \$60.00

Cet atelier de travail, bilingue et d'une durée de 2 jours, a été conçu pour enseigner le base fondamental pour, à la fois bien diriger un bateau dragon, de prendre conscience des risques et développer un sens avisé de la sécurité. Le cours est conçu pour des personnes ayant peu ou pas d'expérience comme barreur, mais qui sont intéressées d'apprendre ou d'approfondir leur connaissance, pour éventuellement devenir des entraîneurs de bateau dragon. Les participants doivent avoir un minimum d'expérience comme rameur.

Le cours est principalement pratiqué sur l'eau avec deux courtes sessions sur la terre ferme pour la portion théorique. Nous faisons en sorte que le tout soit interactif, plaisant avec un certain défi.

Pour faire suite à l'atelier de travail, les participants devront faire un stage de 10 heures avec différents entraîneurs. Des que le stage sera complété et avec l'approbation finale des instructeurs, les participants recevront leur certification comme barreur et seront prêts pour offrir leur service pour différentes compétitions.

L'objectif des participants sera d'accumuler le plus de pratique possible afin de bâtir leur expérience et avoir une certaine confiance en eux pour offrir leurs services au « Summer Splash » (26 juin) et au Festival de bateau dragon de Montréal (23-25 juillet).

Quoi apporter:

- Vêtement pour ramer – nous serons à l'extérieur, beau temps mauvais temps
- Diner pour les 2 jours
- De quoi écrire - nous fournirons un document de travail bilingue... et d'autres surprises!

SVP remplir et retourner par télécopieur / courriel, le formulaire d'inscription qui se trouve à la 2em page.

Télécopieur : 514-878-6302

Courriel : atiba@montrealdragonboat.com

Un maximum de 20 personnes sera admis, alors réserver tôt et rapidement!
Le paiement doit être fait à l'avance pour réserver votre place.



滿地可國際龍舟會
FESTIVAL DE COURSES DE BATEAUX-DRAGONS DE MONTRÉAL
MONTREAL DRAGON BOAT RACE FESTIVAL

organisé par:
Association des
restaurants chinois
du Québec

2011 Steering Clinic

Date: May 21, 22, 2011

Location: Olympic Basin

Instructors: Dan Levine & Sylvain Laberge

Hours: 10:00 – 16:00 (BBQ at the end of day 2)

Cost: \$60.00

This 2-day **bilingual** workshop is designed to teach the fundamentals of both steering a dragon boat, and developing awareness of safety management. The course is intended for people with little or no steering experience who are interested in beginning their journey towards being a steersperson, and for some, becoming a dragon boat coach. Participants must have at least one season of experience as a paddler.

The course is performed mostly on the water, with two short segments on land for theory. We make it interactive, fun, and also challenging.

Following the workshop, participants will log 10 steering sessions with a variety of coaches. Once this follow-up phase is complete, and with final approval of the instructors, participants will be deemed ready to steer in actual competitions.

The objective is that participants will gain the necessary practice and confidence to act as steers for both Summer Splash (June 26), and the Montreal International Dragon Boat Festival (July 23-25).

What to bring:

- Paddling clothes – we are outside rain, shine, hot or cold.
- Lunch on both days
- Pen – a bilingual course manual will be provided to each participant...and other surprises!

Please fill out and fax/email the registration form on the next page.

Fax: 514-878-6302

Email: atiba@montrealdragonboat.com

A maximum of **20 spaces** are available, so please book quickly!
Payment must be made in advance to confirm spot.



滿地可國際龍舟會
FESTIVAL DE COURSES DE BATEAUX-DRAGONS DE MONTRÉAL
MONTREAL DRAGON BOAT RACE FESTIVAL

organisé par:
Association des
restaurants chinois
du Québec

Formulaire d'inscription, Clinique barreur 2011 (SVP écrire en lettre détaché, lisiblement et clairement)

2011 Steering Clinic Registration Form (Please write in nice clear block letters)

Name / Nom: _____

Email / Courriel: _____

Tel: _____

Cell: _____

Home Address / Adresse:

City / Ville: _____ Province: _____ Postal Code:

Current team / Équipe actuel: _____

Years of experience / Années d'expérience: _____

Signature: _____

Date: _____

Please fax this page to 514-878-6302, or email to atiba@montrealdragonboat.com

Premier arrivé, premier servi!
First come, first serve!