



Saison 2024-2025 Season Informations à jour Information up-to-date

10 août 2024 – August 10th, 2024

Note: Les informations contenues dans cette présentation pourraient faire l'objet de changements subséquents
Note: The information contained in this presentation may be subject to subsequent changes

Information générales / General information

- Les membres des années précédentes ont accès à une pré-inscription à partir du 15 août
 - L'entraîneur-chef a établi les groupes d'entraînement pour les membres qui reviennent au club cette année. Si vous avez des questions, écrivez-lui à entraîneur-chef@lescitadinsnatation.com
 - Pour les nouveaux membres: vous devez vous inscrire à l'une des périodes d'essais avant de vous enregistrer avec le club afin de savoir dans quel groupe d'entraînement vous serez placé. Écrivez-nous à info@lescitadinsnatation.com pour vous inscrire en spécifiant que c'est pour un essai.
 - Les maîtres peuvent s'inscrire d'emblée sans essai libre
 - Les habiletés du nageur ont préséance dans la détermination d'un groupe d'entraînement, indépendamment de son âge
 - Les inscriptions régulières débutent le 25 août en ligne. Les nouveaux membres peuvent s'inscrire qu'à partir de cette date.
- Members of previous years have access to pre-registration from August 15
 - The Head coach has established the training groups for members returning to the club this year. If you have any question, please write at entraîneur-chef@lescitadinsnatation.com
 - For new members: you must sign up for one of the trial periods before registering with the club in order to know which training group you will be placed in. Write to us at info@lescitadinsnatation.com to register, specifying that it is for a trial.
 - Masters can register immediately without a free trial
 - The swimmer's ability takes precedence in determining a training group, regardless of age
 - The regular registration begins on August 25 online. New members can register only from August 25.

Changements importants cette année

Important change this year

- Les entraînements hors piscine (dryland) orientés vers la musculation ont été inclus dans la tarification pour les groupes suivants:
 - provincial développement
 - provincial avancé
 - provincial avancé +
 - provincial performance
- Les maîtres conservent les mardis et jeudi matin comme période d'entraînement mais l'entraînement de la fin de semaine est déplacé au dimanche matin au lieu du samedi matin
- Le groupe provincial espoir a été dissout et les nageurs reclassés dans un groupe plus avancé
- Le groupe pré-compétitif #1 a changé de nom pour se nommer Mini-citadins avancé
- Notre nouveau site web est fonctionnel: www.lescitadinsnatation.com
- Dryland training session geared towards strength training have been included in the pricing for the following groups:
 - provincial développement
 - provincial avancé
 - provincial avancé +
 - provincial performance
- Masters keep Tuesday and Thursday mornings as usual but weekend training is moved to Sunday morning instead of Saturday morning
- The provincial espoir group has been dissolved and swimmers reclassified in a more advance group
- Pre-competitive group #1 has changed its name to Mini-citadins avancé
- Our new website is online: www.lescitadinsnatation.com

Dates importantes à retenir

Important dates to remember

Événements / Events	Dates / information
Pré-inscription pour les anciens membres Pre-registration for returning members	La pré-inscription débute le 15 août en ligne Pre-registration starts on August 15 online
Inscription pour les nouveaux membres Registration for new members	25 août en ligne August 25 online
Essais libres à venir Tryouts scheduled	4 et 6 septembre de 17h à 17h55 Inscription obligatoire: www.lescitadinsnatation.com September 4 and 6 from 5:00 Pm to 5:55 Mandatory registration: www.lescitadinsnatation.com
Séance d'information aux membres Information session for members	En français: 9 septembre à 19h00 par MS Teams (1 heure) In English: September 9, at 8Pm via MS Teams (1 hour)
Début des entraînements Season start	Voir diapo suivante pour les détails See next slide for details
Assemblée annuelle Annual General Meeting	Mi-octobre, date à déterminer Mid-October, date to be confirmed

Début des entraînements par groupe

Season starts by training group

Groupes / Groups	Dates / information	Dates / information
Groupe provincial performance	<p>Semaine du 2 septembre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • De 16h30 à 18h. Jours à confirmer • Sans entraînement hors salle <p>Semaine du 9 septembre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entraînements de 16h30 à 18h seulement + samedi matin • Entraînement hors piscine débute le mardi 10 sept <p>Semaine du 16 septembre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entraînements matin et soir selon l'horaire régulier 	<p>Week of September 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> • From 4:30Pm to 6Pm - Days to be confirmed • No dryland training <p>Week of September 9:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Training from 4:30 Pm to 6Pm only + Saturday morning • Dryland starts on Tuesday Sept 10 <p>Week of September 16:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Training mornings and evenings as planned in the regular schedule

Début des entraînements par groupe

Season starts by training group

Groupes / Groups	Dates / information	Dates / information
Groupes: Provincial développement	<p>Semaine du 9 septembre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entraînements en piscine débute selon l'horaire régulier le 9 septembre • Sans entraînement hors salle 	<p>Week of September 9:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Training according to regular schedule starts on September 9 • No dryland training
Provincial Avancé	<p>Semaine du 16 septembre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entraînements selon l'horaire régulier • Entraînement hors piscine débute le lundi 16 septembre (groupes: développement et avancé) • Entraînement hors piscine débute le mardi 17 septembre (groupe avancé +) 	<p>Week of September 16:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Training according to regular schedule • Dryland starts on Monday September 16 (développement and avancé groups) • Dryland starts on Tuesday September 17 (avancé + group)
Provincial avancé +		

Début des entraînements par groupe

Season starts by training group

Groupes / Groups	Dates / information	Dates / information
Groupes: Régional développement Scolaire Scolaire + civil	Semaine du 16 septembre: <ul style="list-style-type: none"> • Entraînements selon l'horaire régulier • Débute le lundi 16 septembre 	Week of September 16: <ul style="list-style-type: none"> • Training according to regular schedule • Starts on September 16
Régional espoir	Semaine du 23 septembre: <ul style="list-style-type: none"> • Entraînements selon l'horaire régulier • Débute le mercredi 25 septembre 	Week of September 23: <ul style="list-style-type: none"> • Training according to regular schedule • Starts on Wednesday September 25
Maîtres	Semaine du 16 septembre: <ul style="list-style-type: none"> • Entraînements le 17 septembre et 19 septembre • Séance du dimanche débute le 29 septembre 	Week of September 16: <ul style="list-style-type: none"> • Training on September 17 and September 19 • Sunday's training begins on Sunday September 29

Date importantes – Mini-Citadins (non-compétitif)

Important dates – Mini-Citadins (non-competitive)

Bloc / Block	Mini-citadins groupe 1 et 2	Mini-citadins groupe 3 et 4	Mini-Citadins développement et mini-citadins avancé
1	<p>Début: samedi 28 septembre Fin: samedi 7 décembre Starts: Saturday September 28 End: Saturday December 7 (congé 12-13 octobre - Actions de grâces) (off on October 12-13 – Thanksgiving)</p>	<p>Début: dimanche 29 septembre Fin: dimanche 8 décembre Starts: Sunday September 29 End: Sunday December 8 (congé 12-13 octobre - Actions de grâces) (off on October 12-13 – Thanksgiving)</p>	<p>Début: samedi 28 septembre Fin: dimanche 8 décembre Starts: Saturday September 28 End: Sunday December 8 (congé 12-13 octobre - Actions de grâces) (off on October 12-13 – Thanksgiving)</p>
2	<p>Début: samedi 11 janvier Fin: samedi 29 mars Starts: Saturday January 11 End: Saturday March 29 (congé 1-2-8-9 mars – Relâche scolaire) (off on March 1-2-8-9 – School break)</p>	<p>Début: dimanche 12 janvier Fin: dimanche 30 mars Starts: Sunday January 12 End: Sunday March 30 (congé 1-2-8-9 mars – Relâche scolaire) (off on March 1-2-8-9 – School break)</p>	<p>Début: samedi 11 janvier Fin: dimanche 30 mars Starts: Saturday January 11 End: Sunday March 30 (congé 1-2-8-9 mars – Relâche scolaire) (off on March 1-2-8-9 – School break)</p>
3	<p>Début: samedi 5 avril Fin: samedi 14 juin Starts: Saturday April 5 End: Saturday June 14 (congé 19-20 avril – Congé de Pâques) (off on April 19-20 – Easter)</p>	<p>Début: dimanche 6 avril Fin: dimanche 15 juin Starts: Sunday April 6 End: Sunday June 15 (congé 19-20 avril – Congé de Pâques) (off on April 19-20 – Easter)</p>	<p>Début: samedi 5 avril Fin: dimanche 15 juin Starts: Saturday April 5 End: Sunday June 15 (congé 19-20 avril – Congé de Pâques) (off on April 19-20 – Easter)</p>

Horaire des entraînements – Mini-Citadins (non-compétitif)

Training schedule – Mini-Citadins (non-competitive)

Groupes / Groups	Samedi Saturday	Dimanche Sunday	Heures/sem Hour/week
Mini-Citadins débutant groupe No 1 (5 places / 5 spots)	17:00-17:45		45 min
Mini-Citadins débutant groupe No 2 (5 places / 5 spots)	17:45-18:30		45 min
Mini-Citadins débutant groupe No 3 (5 places / 5 spots)		16:45-17:30	45 min
Mini-Citadins débutant groupe No 4 (5 places / 5 spots)		17:30-18:15	45 min
Mini-Citadins développement groupe No 1 (20 places / 20 spots)	7:00-7:45	7:00–7:45	1:30
Mini-Citadins développement groupe No 2 (20 places / 20 spots)	17:00-17:45	16:45-17:30	1:30
Mini-Citadins développement groupe No 3 (20 places / 20 spots)	17:45-18:30	17:30-18:15	1:30
Mini-Citadins avancé (15 places / 15 spots)	17:00-18:30	16:45-18:15	3:00

Description groupes compétitifs (civils)

Competitive groups (civil) description

Groupes Groups	Nombre d'heures d'entraînement en piscine Number of training hours in the pool	Nombre d'heures d'entraînement hors piscine Number of dryland training hours	Compétitions Meets
Régional Espoir (15 places / 15 spots)	4h30 / semaine 4:30 h / week	NA	Locale / Régionale Local / Regional
Régional Développement (10 places / 10 spots)	4h30 / semaine 4:30 h / week	NA	Régionale Regional
Provincial Développement (20 places / 20 spots)	6h00 / semaine 6:00 h / week	2h00 / semaine 2:00 h / week	Régionale / Provinciale Regional / Provincial
Provincial Avancé (10 places / 10 spots)	7h30 / semaine 7:30 h / week	2h00 / semaine 2h00 h / week	Régionale / Provinciale Regional / Provincial
Provincial Avancé + (5 places / 5 spots)	9h15 / semaine 9:15 h / week	3h45 / semaine 3:45 h / week	Régionale / Provinciale Regional / Provincial
Provincial Performance (10 places / 10 spots)	12h15 / semaine 12:15 / week	3h45 / semaine 3:45 h / week	Provinciale / Provincial

Horaire des groupes compétitifs (civils)

Competitive groups schedule (civil)

Entraînement dans l'eau / Training in water

Groupes / Groups	Dim Sun	Lun Mon	Mar Tue	Mer Wed	Jeu Thu	Ven Fri	Sam Sat
Régional Espoir (15 places / 15 spots)	16:45-18:15			16:30-18:00			17:00-18:30
Régional Développement (10 places / 10 spots)		16:30-18:00		16:30-18:00		16:30-18:00	
Provincial Développement (20 places / 20 spots)		16:30-18:00	16:30-18:00		16:30-18:00	16:30-18:00	
Provincial Avancé (10 places / 10 spots)		16:30-18:00	16:30-18:00	16:30-18:00	16:30-18:00	16:30-18:00	
Provincial Avancé + (5 places / 5 spots)		16:30-18:00	16:30-18:00	16:30-18:00	16:30-18:00	16:30-18:00	6:00 – 7:45
Provincial Performance (10 places / 10 spots)		6:00 – 8h00 16:30-18:00		6:00 – 8h00 16:30-18:00		6:00 – 8h00 16:30-18:00	6:00 – 7:45

Horaire des groupes compétitifs (civils)

Competitive groups schedule (civil)

Entraînement hors piscine en gymnase / Dryland training in the gym

Groupes / Groups	Dim Sun	Lun Mon	Mar Tue	Mer Wed	Jeu Thu	Ven Fri	Sam Sat
Provincial Développement (20 places / 20 spots)		18:10-19:15*			18:10-19:15*		
Provincial Avancé (10 places / 10 spots)		18:10-19:15*			18:10-19:15*		
Provincial Avancé + (5 places / 5 spots)			18:00-19:15*		18:00-19:15*		8:00 – 9:15*
Provincial Performance (10 places / 10 spots)			18:00-19:15		18:00-19:15		8:00 – 9:15*

* Ces entraînements en gymnase suivent un entraînement en piscine. Il faut donc prévoir des vêtements appropriés pour une pratique dans une salle d'entraînement. Une petite collation santé peut aussi être utile pour procurer de l'énergie

* These gym workouts follow a pool workout. You need to wear appropriate clothing for a workout in a gym. A small healthy snack can also be helpful to provide energy.

Horaire des entraînements - Scolaire

Training schedule - School

Groupes Groups	Dim Sun	Lun Mon	Mar Tue	Mer Wed	Jeu Thu	Ven Fri	Sam Sat	H/sem H/week
Équipe scolaire School team		7:00 – 8:30		7:00 – 8:30		7:00 – 8:30		4h 30

Les nageurs de l'équipe scolaire participeront à environ 4 compétitions scolaires durant l'année et selon les performances, des nageurs peuvent se qualifier pour les championnats provinciaux scolaires

The swimmers of the school team will participate in approximately 4 school competitions during the year and depending on the performance, swimmers can qualify for the provincial school championships

Horaire des entraînements - Maîtres

Training schedule- Masters

Groupes Groups	Dim Sun	Lun Mon	Mar Tue	Mer Wed	Jeu Thu	Ven Fri	Sam Sat	H/sem H/week
Maîtres Masters	6:00-7:45		6:00-7:30		6:00-7:30			4h 45

- Les maîtres peuvent choisir de s'entraîner 1, 2 ou 3 fois par semaine et la tarification est en fonction de la fréquence choisie.
- Les maîtres n'ont pas à choisir une journée spécifique d'entraînement. Si un maître s'inscrit pour une journée par semaine, il peut venir s'entraîner la journée de son choix selon ce qui correspond le mieux à son horaire durant une semaine donnée
- Masters can choose to train 1, 2 or 3 times a week and fees are charged accordingly
- Masters do not have to choose a specific training day. If a master registers for one day per week, he can come and train on the day of his choice according to what best suits his schedule during a given week.

Tarifs 2024-2025 – Mini-citadins (non-compétitif)

2024-2025 fees – Mini-citadins (non-competitive)

Groupes / Groups	Frais d'inscription Registration fees
Mini-citadins débutant Groupe No 1,2,3,4 Groups #1,2,3,4	<p><u>Bloc de 10 semaines / 10 week Block:</u> Citoyens de Vaudreuil-Dorion: 168,75\$ / Vaudreuil-Dorion Citizens: 168,75\$ Autres municipalités: 225\$ / Other cities: 225\$</p> <p>Pour obtenir le rabais de la Ville de Vaudreuil-Dorion, il faut fournir le numéro de la carte de citoyen de la Ville To obtain the City of Vaudreuil-Dorion discount, you must provide the City's citizen card number.</p>
Mini-citadins développement Groupe No 1,2,3 Group #1,2,3	<p><u>Bloc de 10 semaines / 10 week Block:</u> Citoyens de Vaudreuil-Dorion: 225\$ / Vaudreuil-Dorion Citizens: 225\$ Autres municipalités: 300\$ / Other cities: 300\$</p> <p>Pour obtenir le rabais de la Ville de Vaudreuil-Dorion, il faut fournir le numéro de la carte de citoyen de la Ville To obtain the City of Vaudreuil-Dorion discount, you must provide the City's citizen card number.</p>
Mini-citadins avancé	<p><u>Bloc de 10 semaines / 10 week Block:</u> Citoyens de Vaudreuil-Dorion: 300\$ / Vaudreuil-Dorion Citizens: 300\$ Autres municipalités: 400\$ / Other cities: 400\$</p> <p>Pour obtenir le rabais de la Ville de Vaudreuil-Dorion, il faut fournir le numéro de la carte de citoyen de la Ville To obtain the City of Vaudreuil-Dorion discount, you must provide the City's citizen card number.</p>

Tarifs 2024-2025 – Membres réguliers

2024-2025 fees – Regular Members

Groupes / Groups	Frais d'inscription Registration fees	Paiements mensuel X 7 Monthly payments X 7	Total
Régional espoir	325 \$	86,43 \$ / mois	930 \$
Régional développement	325 \$	105,00 \$ / mois	1 060 \$
Provincial développement	325 \$	150,71 \$ / mois	1 380 \$
Provincial avancé	325 \$	160,71 \$ / mois	1 450 \$
Provincial avancé +	325 \$	196,43 \$ / mois	1 700 \$
Provincial performance	325 \$	225,00 \$ / mois	1 900 \$
Scolaire / School	325 \$	105,00 \$ / mois	1 060 \$
Scolaire + Civil / School + Civil	325 \$	123,57 \$ / mois	1 190 \$

Les frais d'inscription de 325\$ sont non-remboursables
The \$325 Registration fee is non-refundable

L'abonnement s'échelonne de septembre à juin mais les paiements mensuels sont de octobre à avril
The subscription runs from September to June but monthly payments are from October to April

Tarifs 2024-2025 – Citoyens de Vaudreuil-Dorion

2024-2025 fees – Vaudreuil-Dorion citizens

Groupes / Groups	Frais d'inscription Registration fees	Paiements mensuel X 7 Monthly payments X 7	Total
Régional espoir	325 \$	53,21 \$ / mois	697,50\$
Régional développement	325 \$	67,14 \$ / mois	795,00\$
Provincial développement	325 \$	101,43 \$ / mois	1035,00 \$
Provincial avancé	325 \$	108,93 \$ / mois	1087,50\$
Provincial avancé +	325 \$	135,71 \$ / mois	1275,00\$
Provincial performance	325 \$	157,14 \$ / mois	1 425,00 \$
Scolaire / School	325 \$	67,14 \$ / mois	795,00 \$
Scolaire + Civil / School + Civil	325 \$	81,07 \$ / mois	892,50 \$

Les frais d'inscription de 325\$ sont non-remboursables
The \$325 Registration fee is non-refundable

Pour obtenir le rabais de la Ville de Vaudreuil-Dorion, il faut fournir le numéro de la carte de citoyen de la Ville

To obtain the City of Vaudreuil-Dorion discount, you must provide the City's citizen card number

Tarifs 2024-2025 - Maîtres

2024-2025 fee – Masters

Fees	1 X par semaine Once a week	2 X par semaine Twice a week	3 X par semaine 3 times / week
Maîtres / Masters	335\$	390\$	440\$

- À l'inscription, un frais de 300\$ vous sera facturé. Par la suite au mois de novembre, la différence entre le tarif mentionné dans la grille et 300\$ vous sera facturé. Par exemple si vous aviez choisi la fréquence 2X par semaine, vous payez 300\$ à l'inscription et 90\$ en novembre.
- Upon registration, a \$300 fee will be charged. Subsequently in November, the difference between the price mentioned in the grid and \$300 will be billed to you. For example, if you had chosen the Twice a week frequency, you pay \$300 upon registration and \$90 in November.

Informations – Frais

- Les frais fixes non-remboursable payables à l'inscription sont de **325\$**. Ces frais vous sont chargés car ils servent à payer les frais fixes de votre inscription: affiliation FNQ, assurances, quote-part des autres frais fixes.
- Les frais mensuels ont été indexés d'environ 3,3% cette année sauf pour les groupes dont la tarification comprend les entraînements hors piscine.
- Les frais d'inscription et les frais mensuels d'entraînement couvrent toutes les séances d'entraînement en piscine et hors piscine. Cependant, certaines activités sont optionnelles (non obligatoire) et sont sujettes à une tarification à la carte:
 - Compétitions: il y a des frais applicables, voir la page « compétition » dans cette trousse
 - Activités sociales (souper, gala, activité de loisir, etc.)
 - Camps d'entraînement supplémentaire lorsque la piscine est disponible: congé des fêtes, relâche scolaire
- Les maîtres qui habitent la Ville de Vaudreuil-Dorion ne peuvent pas bénéficier du rabais de citoyen car le support financier de la Ville ne s'applique pas aux usagers de 18 ans et +.
- Un rabais familial de 10% est appliqué sur le total des frais d'inscription de la famille lorsqu'il y a au moins 2 membres ou plus d'une même famille qui s'inscrivent et qui sont âgés de 17 ans ou moins

Information - Fees

- The fixed non-refundable fee payable at registration is **\$325**. These costs are charged to you because they are used to pay the fixed costs of your registration: FNQ affiliation, insurance, share of other fixed costs.
- Monthly fees have been indexed approximately 3,3% this year except for groups whose annual pricing includes drylands.
- Registration fee and monthly training fees are covering all training session in the pool and drylands. However, some optional activities (not mandatory) and are subject to additional fees such as:
 - Swim meets: registration fee for each swim meet. See « competition » page in this information kit
 - Social activities (dinner, gala, leisure / teambuilding activities, etc.)
 - Additional training camps when the pool is available: Holidays and school break.
- Master swimmers who live in the City of Vaudreuil-Dorion cannot benefit from the citizen discount because the financial support of the City does not apply to users aged 18 and over.
- A 10% family discount is applied to the total family registration fee when there are at least 2 or more members of the same family registering who are 17 years of age or younger

Entraîneur-chef Head Coach

Biographie Claude Picard

- Entraîneur de natation depuis plus de 35 ans
- Il est entraîneur-chef avec les Citadins depuis 2022
- Il a agi comme directeur technique adjoint de la Fédération de natation du Québec, de 1999 à 2007 et conseiller technique en para natation pour Swimming/Natation Canada de 2008 à 2012.
- Membre de l'équipe d'entraîneur canadien lors des championnats du monde en para natation de 2009 et 2010.
- A été entraîneur-chef au club de natation Bluefins Beaconsfield de 2017 à 2022
- Titulaire d'un diplôme d'entraînement avancé (niveau #4) de l'Institut national des sports du Québec.



Bio Claude Picard

- Swimming coach for over 35 years
- Head Coach of les Citadins since 2022
- He served as Deputy Technical Director of the Fédération de Natation du Québec from 1999 to 2007 and Technical Advisor in para-swimming for Swimming/Natation Canada from 2008 to 2012.
- Member of the Canadian coaching staff at the 2009 and 2010 World Para Swimming Championships.
- Has been Head Coach at Bluefins Beaconsfield Swim Club between 2017-2022
- Holder of an advanced training diploma (level #4) from the Institut national des sports du Québec.

Séances d'information

Information sessions

- Des séances d'information pour les membres auront lieu par vidéoconférence:
 - Information sessions for members will be held by videoconference:
- En français: Lundi 9 septembre de 19h à 19h55 (à confirmer)
- https://teams.microsoft.com/l/meetup-join/19%3ameeting_NTBhNzc4MGMtNmRIMy00MGYwLTgyM2UtMTUyNDNiMGYxNTZh%40thread.v2/0?context=%7b%22Tid%22%3a%22f35a6974-607f-47d4-82d7-ff31d7dc53a5%22%2c%22Oid%22%3a%22060dac0c-3477-4f96-a9c9-0617c01a8f26%22%7d
- In English: Monday Sept 9th from 8Pm to 8:55Pm(to be confirmed)
- https://teams.microsoft.com/l/meetup-join/19%3ameeting_NTBhNzc4MGMtNmRIMy00MGYwLTgyM2UtMTUyNDNiMGYxNTZh%40thread.v2/0?context=%7b%22Tid%22%3a%22f35a6974-607f-47d4-82d7-ff31d7dc53a5%22%2c%22Oid%22%3a%22060dac0c-3477-4f96-a9c9-0617c01a8f26%22%7d



Application Team Unify/On Deck



- Pour vous connecter:
<https://www.teamunify.com/team/qclcn/page/home> (veuillez sélectionner la langue dans le coin gauche de la page)
- L'inscription des nageurs pour la saison et le paiement des frais par carte de crédit en ligne
- La facturation de certaines activités optionnelles (compétition, activités sociales)
- Transmission des informations pertinentes à propos du Club, des activités ou des entraînements
- To connect:
<https://www.teamunify.com/team/qclcn/page/home> (please select the language of your choice in upper left corner of the page)
- Season registration and online credit card payment
- Billing for optional activities (meets, social activities)
- Receive information related to the Club, activities and training sessions

Comment s'inscrire? How to register?

Pour les membres existants: Vous recevrez une invitation par courriel à vous connecter à l'application TeamUnify comme l'an dernier. Cette invitation devrait être expédiée **le 15 août**. Si vous avez oublié votre mot de passe, il est possible de le réinitialiser.

Pour les personnes s'inscrivant pour la première fois au Club: Veuillez nous faire parvenir un courriel à info@lescitadinsnatation.com avec votre nom (personne responsable de l'inscription pour la famille) ainsi que le nom de votre (vos) enfant(s). Nous vous renverrons un lien pour créer votre compte TeamUnify et ainsi vous inscrire.



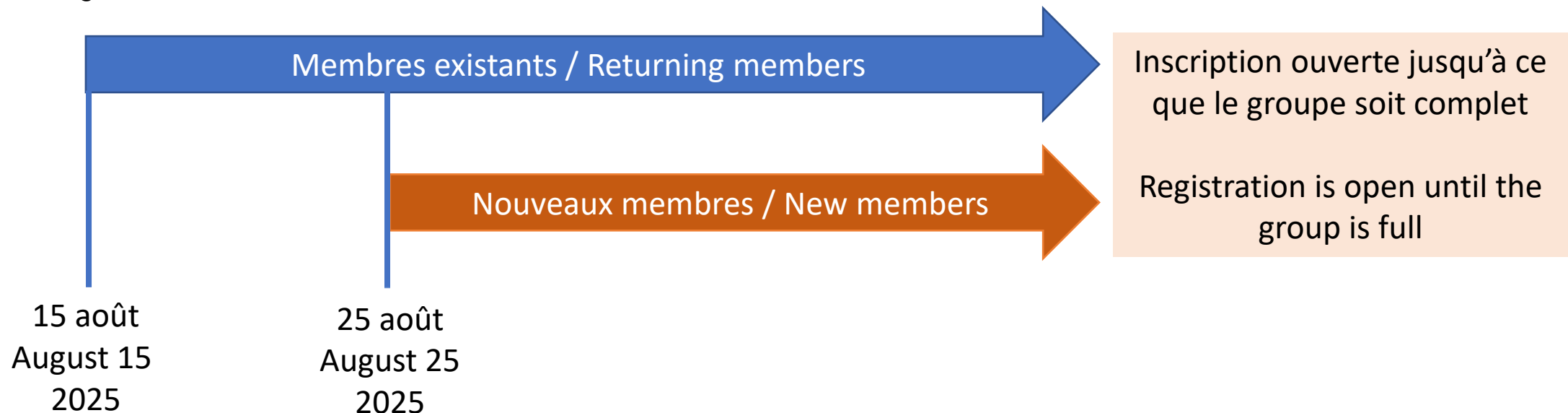
For Existing Members: You will receive an email invitation to log into the TeamUnify app like last year. The invitation is expected to go out **August 15**. If you have forgotten your password, it is possible to reset it.

For people registering for the first time at the Club: Please send us an email to info@lescitadinsnatation.com with your name (person in charge for registration for the family) as well as the name of your children. We will send you a link to create your TeamUnify account and thus register.

Priorité des inscriptions

Registration priority

- Les membres existants bénéficient d'une période d'inscription prioritaire de 10 jours avant l'admission de nouveaux membres
- Le nombre de places est limité par groupe. Une fois que la limite des places disponibles est atteinte, ce groupe est fermé pour des inscriptions subséquentes. Premier arrivé, premier servi.
- Returning members benefit from a priority registration period of 10 days before the admission of new members
- The number of spot is limited by group. Once the limit of available places is reached, this group is closed for subsequent registrations. First come, first served



Compétitions Swim meets



- Tout au long de l'année, il y aura des compétitions locales, régionales, provinciales et scolaires
- Les nageurs plus expérimentés peuvent participer à des compétitions provinciales (qualifications)
- Les compétitions peuvent avoir lieu SEULEMENT si nous avons assez de bénévoles pour les tenir
- Ce n'est pas obligatoire de participer à des compétitions mais cela est fortement encouragé
- Les frais pour participer aux compétitions ne sont pas inclus dans la tarification
- S'ils inscrivent leur enfant, les parents seront facturés sur le compte Team Unify du montant des frais d'inscription à la compétition et le partage des frais d'encadrement (entraîneur) pour la compétition.
- À titre d'exemple, le prix pour participer à une compétition régionale est entre 30\$ à 50\$ approximativement. Vous serez toujours informé du coût estimé avant de confirmer la présence de votre enfant.
- Pour les compétitions provinciales, les frais sont plus importants et variables selon le lieu et la durée de la compétition.
- Throughout the year, there will be local, regional, provincial and school competitions
- More experienced swimmers can participate in provincial competitions (qualifiers)
- Competitions can take place ONLY if we have enough volunteers to hold them
- It is not mandatory to participate in swim meets but it is strongly encouraged
- Fees to participate in competitions are not included in the membership.
- If they register their child, parents will be billed on the Team Unify account for the competition registration fee and the sharing of coaching costs for the competition.
- For example, the price to participate in a regional swim meet is between \$30 and \$50 approximately. You will always be informed of the estimated cost before confirming your child's presence.
- For provincial competitions, the fees are higher and vary depending on the location and the duration of the meet.

Assemblée annuelle

- Le club de natation est une organisation à but non lucratif (OBNL).
- Elle existe et est vivante par l'implication de bénévoles qui assurent son bon fonctionnement tout au cours de l'année.
- L'assemblée annuelle se tient virtuellement sur MS Teams et aura lieu au cours du mois d'octobre. À venir: les détails sur l'ordre du jour ainsi que l'accès aux documents pertinents.
- Selon les règlements généraux du Club, le conseil d'administration (CA) est composé d'au minimum 4 membres et d'un maximum de 9 membres.
- Nous désirons que tous les postes soient comblés, nous invitons donc les gens intéressés à soumettre leur nom.



Annual Assembly

- The swimming club is a non-profit organization.
- Volunteers are the lifeline of the club and are responsible for its activities throughout the year.
- The Annual assembly will be held virtually and will take place in October. Details on the agenda and access to relevant documents will be available soon.
- According to Club rules, the Board of Directors is composed of a minimum of 4 members and a maximum of 9 members.
- We're seeking to fill all positions and invite parents to submit their names.



Besoin de plus d'informations? Need more information?

Consultez notre nouveau site web: www.lescitadinsnatation.com

Joignez notre page Facebook:

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100083388006667>

Écrivez-nous par courriel pour toute demande d'information:

Info@lescitadinsnatation.com

Les bénévoles du Club répondront à vos messages dans une fenêtre de 1 à 3 jours

Visit our new website: www.lescitadinsnatation.com

Join us on Facebook:

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100083388006667>

Write to us by email for any request for information.

Info@lescitadinsnatation.com

The volunteers of the Club will reply back to your message in a window of 1-3 days





À bientôt !!!
See you soon !!!