

CLUB DE CANOË-KAYAK VIKING CANOE & KAYAK CLUB



PROGRAMMES 2024 2024 PROGRAMS

EMPLACEMENT DU CLUB:

à côté du Pavillon Montfort
160 route Principale
Wentworth-Nord, Qc

C.P. / P.O. Box 2514
Morin Heights, Qc
JOR 1H0

Tel: 450-226-1876
www.canoekayakviking.ca
canoekayakviking@gmail.com



GAGNANTS DU CHAMPIONNAT CANADIEN DES MAITRES DE COURSE DE VITESSE CANADIAN MASTERS SPRINT CANOË CHAMPIONS



MRC des
Pays-d'en-Haut



Membre de Canoe Kayak Québec



Membre de
Canoe
Kayak
Canada

CANOË ET KAYAK POUR ENFANTS, PROGRAMMES D'ÉTÉ, de 6 à 11 ans

Nous offrons huit semaines de programmes demi-journées. Du lundi au vendredi, de 8:30 à 12h30. Sessions hebdomadaires du 24 juin au 16 août

NOTIONS ABORDÉES

- Les participants suivront le Programme National de développement d'habiletés de Canoë-Kayak Canada
- Apprendront les règles et principes de base de la sécurité nautique
- S'amuseront à développer des habiletés et garder la forme par le jeu
- Travailleront l'apprentissage du coup de pagaie et l'habileté à manoeuvrer une embarcation
- Apprendront à pagayer en équipe de kayak de 2 ou 4 places ainsi qu'en bateau dragon et/ou en canoë de guerre

PROGRAMMES D'ÉTÉ CANOË POUR ENFANTS

- Coût: 150\$/semaine programmes demi-journées
- Tout l'équipement est fourni
- Visitez notre site web pour le formulaire d'inscription



CANOË-KIDS SUMMER PROGRAMS, 6-11 yrs

This year Viking Canoe & Kayak Club is offering eight weeks of half-day summer programs. Programs run Monday to Friday, 8:30 am to 12:30 pm. Held weekly from June 24th to August 16th.

CAMP FOCUS

- Campers follow National Canoe Kayak Canada's "CanoeKids" skills development program
- Learn safe boating practices and water safety
- Develop skills and fitness through games and fun
- Work at acquiring skill levels in many areas: basic strokes, maneuvering skills, and boat handling.
- Paddle as a team in two and four person kayaks as well as in the popular dragon boat and/or war canoe.

CANOË KIDS SUMMER PROGRAMS

- Cost: \$150/week for half-day programs
- All equipment is supplied
- Visit our website for a registration form

PROGRAMME DE DÉVELOPPEMENT, 11-16 ans

Programme de canotage avec un accent sur le plaisir, le jeu, le développement des compétences et l'endurance. Aucune expérience est nécessaire. Le programme est conçu comme une approche à la compétition. Les participants recevront un enseignement de débutant à intermédiaire en canoë kayak de vitesse avec une progression vers la participation à quelques régates. Consultez le formulaire d'inscription pour les dates, les détails et les prix*.

DEVELOPMENT PROGRAM, 11-16 yrs

A paddling program with a focus on fun, play, skill development and endurance. No paddling experience is necessary. The program is designed as a pre-competitive program and participants will be taught basic to intermediate paddling skills in sprint canoe and/or kayak with a progression towards participation at some regattas. See registration form for dates, details and pricing*.

*Les prix et les programmes sont sujets à changement sans préavis, selon inscriptions et demandes

* Prices and programs are subject to change without notice, pending demand



Canotage pour tous, On embarque!

Canotage pour tous est issu d'un projet de Canoë Kayak Canada qui vise à rendre disponible le canotage de vitesse aux personnes ayant des besoins spéciaux.

Le programme de canotage pour tous: vise l'apprentissage de canoës et kayaks de vitesse et récréatifs. Des notions de sécurité et des sessions d'entraînement sur terre et sur l'eau seront dispensées par des entraîneurs qualifiés. Horaire; du 25 juin au 13 août mardi de 18h à 20h Coût; 100\$ frais du programme et de l'adhésion. (Les frais de course ne sont pas inclus.)



Every boat! Every body!

Paddle ALL is a project introduced by Canoe Kayak Canada. The program is aimed at promoting individuals with disabilities to participate in the sport of Sprint Canoe Kayak.

Paddle All Program: Learn to paddle recreational and sprint canoes and kayaks. You will have safety orientation, on land sessions, and on water sessions by qualified coaching staff. Schedule: June 25th to August 13th Tuesday from 6:00-8:00 pm Cost: \$100 program and membership fee. (Race fees are not included.)

ANNUAL CLUB MEMBERSHIP

Adult \$ 60
Note: **Annual membership is required** in order to join any of the programs, unless stated otherwise. All equipment is supplied for all programs.

GENERAL PROGRAM \$140 (open to adults and young adults)

Club membership is required.
The general program gives participants access to all of the following programs:

DRAGON BOAT (Recreational)

May to September *See schedule for days*
Benefit from team camaraderie in our relaxed program.

FITNESS FOR LIFE KAYAK

July to August *See schedule for days*
with qualified coaches, learn how to paddle a sprint canoe in a non-competitive atmosphere

FITNESS FOR LIFE CANOE

July to August *See schedule for days*
with qualified coaches, learn how to paddle a sprint canoe in a non-competitive atmosphere

All programs are subject to change without notice, pending registration/demand.
For more information and to register:
www.canoekayakviking.ca



FRAIS ANNUELS D'ADHÉSION AU CLUB

Adulte 60 \$
À noter que **l'abonnement au Club est requis** pour participer aux programmes suivants. Équipement entièrement fourni.

PROGRAMMATION GÉNÉRALE 140\$ (pour jeunes adultes et adultes)

Adhésion au club requise Donne droit à tous les programmes énumérés ci-dessous:

BATEAU DRAGON, (RÉCRÉATIF)

De mai à septembre, *consultez l'horaire pour les détails* bénéficiez de la camaraderie d'équipe dans un programme détendu

PAGAIE EN FORME KAYAK

De juillet à aout *consultez l'horaire pour les détails* avec des entraîneurs certifiés, améliorez vos habiletés de kayak de vitesse dans un environnement non-compétitif

PAGAIE EN FORME CANOE

De juillet à aout *consultez l'horaire pour les détails* avec des entraîneurs certifiés, apprenez à pagayer un canoë de vitesse dans un environnement non-compétitif

Toutes les programmes sont sujets à changement sans préavis, selon inscriptions et demandes.
Pour plus d'information et vous inscrire :
www.canoekayakviking.ca



Programme de performance pour adultes – canoë et kayak

Pour adultes et jeunes adultes 165\$
Adhésion au club requise
De juin à aout

consultez l'horaire pour les détails

Intéressé à défier votre esprit de compétition tout en pagayant dans un environnement magnifique? Opportunité de s'entraîner en canoë et/ou kayak de vitesse trois fois par semaine pour développer l'endurance, la technique, l'habileté en course et en embarcations d'équipe avec des entraîneurs d'expérience. Ce programme vous donne accès à tous les autres programmes adulte offerts par le Club. Les frais de course ne sont pas inclus.



Adult Performance Program Canoe and Kayak

Open to adults and young adults \$165
Club membership required
June to August *See schedule for days*

Interested in challenging your competitive spirit while paddling in a beautiful environment? Train in sprint canoe and/or kayak three times per week to develop endurance, technique, team boat and racing skills with experienced coaches. This is an all-inclusive program that provides access to all other adult programs offered by the Club. Race fees are not included.