

# ROUYN-NORANDA

crédit photo: Louis Jalbert

HALTÉROPHILIE 2024 WEIGHTLIFTING

Championnats
CANADIENS MAÎTRES

CANADIAN MASTERS
Championships

ROUYN-NORANDA

12 au 14 juillet 2024
July 12 to 14, 2024

## GUIDE DU PARTICIPANT - PARTICIPANT'S GUIDE

# MOT DE BIENVENUE DE LA MAIRESSE DE ROUYN-NORANDA
# WELCOME FROM THE MAYOR OF ROUYN-NORANDA



**DIANE DALLAIRE**

Mairesse de la Ville de Rouyn-Noranda
*Mayor, City of Rouyn-Noranda*

Ville de Rouyn-Noranda

Nous sommes fiers de vous accueillir pour les Championnats Canadiens Masters d'haltérophilie dans notre belle ville. C'est un honneur d'être l'hôte de cet événement prestigieux qui rassemble les meilleurs haltérophiles de partout au Canada !

À l'image de Rouyn-Noranda, douce et rebelle, ces athlètes sont des exemples inspirants de détermination, de persévérance et de courage. Leur passion pour leur sport est une source d'inspiration pour tous ceux qui cherchent à se dépasser et à réaliser leurs rêves, quel que soit leur âge.

La Ville tient à remercier tous ceux qui ont travaillé avec acharnement pour rendre cet événement possible. Les bénévoles, les commanditaires et les organisateurs ont tous joué un rôle essentiel pour assurer le succès de ces championnats.

Je souhaite chaleureusement la bienvenue aux athlètes, aux entraîneurs et aux familles. J'espère que vous prendrez le temps de découvrir la beauté de notre ville et de ses environs, tout en profitant de l'ambiance conviviale et accueillante de notre communauté.

Bonne chance à toutes les athlètes et bon séjour à Rouyn-Noranda !

*We are proud to welcome you to the Canadian Masters Weightlifting Championships in our beautiful city. It is an honor to host this prestigious event that brings together the best weightlifters from across Canada!*

*Reflecting the spirit of Rouyn-Noranda, sweet yet bold, these athletes are inspiring examples of determination, perseverance, and courage. Their passion for their sport is a source of inspiration for everyone who seeks to surpass themselves and achieve their dreams, regardless of their age.*

*The City wishes to thank everyone who worked hard to make this event possible. Volunteers, sponsors, and organizers all played an essential role in ensuring the success of these championships.*

*I warmly welcome the athletes, coaches, and families. I hope you take the time to discover the beauty of our city and its surroundings, while enjoying the friendly and welcoming atmosphere of our community.*

*Welcome to our beautiful city, where sweetness meets boldness, and good luck to all the athletes! Enjoy your stay in Rouyn-Noranda!*

Diane Dallaire

# MOT DE BIENVENUE DU PRÉSIDENT DE LA FÉDÉRATION
# *WELCOME FROM THE PRESIDENT OF THE FEDERATION*



**MARK GOMES**

Président / President
Fédération Haltérophilie Canadienne Maîtres
Weightlifting Canada Haltérophilie Masters

Merci beaucoup de me donner l'occasion de vous transmettre les salutations de vos amis haltérophiles maîtres canadiens. Il s'agira de nos 27e Championnats nationaux et de nos deuxièmes Championnats qui auront lieu ici à Rouyn-Noranda. Ce week-end, nous accueillerons des centaines de compétiteurs, leurs entraîneurs, leurs officiels, leurs bénévoles, les membres de la famille des athlètes, leurs amis et leurs spectateurs.

Notre championnat national est plus qu'une compétition d'haltérophilie. C'est le moment pour les membres et leurs entraîneurs de raviver leurs liens d'amitié. Et quel endroit formidable pour le faire dans cette merveilleuse, accueillante et dynamique communauté de Rouyn-Noranda.

Bien que nos athlètes soient concentrés sur leur préparation et leur performance lors de cette compétition, je les encouragerai à visiter et à explorer les nombreux sites touristiques de la MRC de Rouyn-Noranda.

Les maîtres haltérophiles peuvent se qualifier pour de nombreux titres tels que des records canadiens d'haltérophilie maîtres, accumuler des points au Temple de la renommée et représenter le Canada aux Championnats internationaux d'haltérophilie des maîtres.

Les athlètes hommes et femmes de plus de 30 ans qui choisissent de devenir des maîtres haltérophiles le font non seulement pour l'amour de leur sport, mais aussi pour le défi de concourir à l'échelle nationale et internationale.

Bonne chance et merci au Club d'haltérophilie Héraclès !

Mark Gomes

*Thank you very much for the opportunity to bring greetings from your Canadian Masters Weightlifting friends. This will be our 27th National Championships and our second Championships held here in Rouyn-Noranda. This weekend, we will be welcoming hundreds of competitors, their coaches, officials, volunteers, athletes' family members, friends and spectators.*

*Our National Championship is more than a weightlifting competition. It is a time for members and their coaches to rekindle their bonds of friendship. And what a great place to do this in this wonderful, welcoming and vibrant community of Rouyn-Noranda.*

*Although our athletes will be focused on their preparation and performance at this competition, I will be encouraging them to visit and explore the many tourist sites in the RCM of Rouyn-Noranda.*

*Masters weightlifters can qualify for many awards such as breaking Canadian Masters Weightlifting Records, accumulating Hall of Fame points and representing Canada at International Masters Weightlifting Championships. In Canada, Mans and Womans the qualifying age for Masters weightlifters is 30 years old.*

*Athletes who choose to become masters weightlifters do so not only for the love of their sport, but also the challenge of competing nationally and internationally.*

*Good luck and thank you at Heracles Club!*

*Mark Gomes*

# MOT DE BIENVENUE DU PRÉSIDENT DES CHAMPIONNATS
## *WELCOME FROM THE CHAMPIONSHIPS PRESIDENT*



**MARIO ROBITAILLE**

Président / President
Championnats canadiens maîtres Rouyn-Noranda
Canadian masters weightlifting championships Rouyn-Noranda
Club d'haltérophilie Héraclès

Chers athlètes, entraîneurs, accompagnateurs, officiels et bénévoles,

Au nom du comité organisateur des championnats, nous nous engageons à faire de cette compétition une magnifique expérience pour chacun d'entre vous.

En tant que président du comité, c'est avec un immense plaisir que je vous accueille à Rouyn-Noranda pour ces championnats qui auront lieu du 12 au 14 juillet.

Le Club d'haltérophilie Héraclès, actif à Rouyn-Noranda depuis plus de 70 ans, est fier d'accueillir des compétiteurs venant de partout au Canada.

Nous exprimons également notre reconnaissance envers Christine Girard, notre présidente d'honneur, pour son soutien et son engagement envers notre événement.

Nous sommes enchantés de vous faire découvrir notre magnifique région de l'Abitibi-Témiscamingue, reconnue pour son accueil chaleureux, sa nature splendide et ses excellentes infrastructures sportives et touristiques.

Que vous soyez ici pour compétitionner, soutenir vos athlètes ou contribuer bénévolement, nous espérons que votre séjour sera enrichissant et mémorable.

Un grand merci à tous nos partenaires et commanditaires, sans lesquels cet événement ne pourrait avoir lieu. Leur soutien témoigne de l'engagement de notre région et de la Ville de Rouyn-Noranda envers le sport et l'haltérophilie.

Nous remercions également le Cégep de Rouyn-Noranda de nous avoir ouvert ses portes et d'avoir contribué à la réussite de ce championnat.

Au plaisir de vous rencontrer tous lors de cette semaine excitante de compétition et de camaraderie.

Bien à vous,

Mario Robitaille

*Dear athletes, coaches, companions, officials, and volunteers,*

*On behalf of the organizing committee of the championships, we are committed to making this competition a wonderful experience for each and every one of you.*

*As president of the committee, it is with immense pleasure that I welcome you to Rouyn-Noranda for these championships taking place from July 12th to 14th.*

*The Héraclès Weightlifting Club, active in Rouyn-Noranda for over 70 years, takes great pride in welcoming competitors from across Canada.*

*We also extend our gratitude to Christine Girard, our honorary president, for her support and dedication to our event.*

*We are thrilled to introduce you to our beautiful region of Abitibi-Témiscamingue, renowned for its warm hospitality, stunning natural beauty, and excellent sports and tourism infrastructure.*

*Whether you are here to compete, support your athletes, or volunteer, we hope your stay will be enriching and memorable.*

*A big thank you to all our partners and sponsors, without whom this event would not be possible. Their support reflects the commitment of our region and the City of Rouyn-Noranda to sports and weightlifting.*

*We also thank Cégep de Rouyn-Noranda for opening its doors to us and contributing to the success of this championship.*

*We look forward to meeting all of you during this exciting week of competition and camaraderie.*

*Best regards,*

*Mario Robitaille*

# UN MOT DE NOTRE PRÉSIDENTE D'HONNEUR
# *A WORD FROM OURS HONORARY PRESIDENT*



**CHRISTINE GIRARD**

Présidente d'honneur / Honorary president
Médaillée olympique / *Olympic medalist*

Chers athlètes, familles et amis,

C'est avec une immense fierté et une immense joie que je vous souhaite la bienvenue aux Championnats Canadiens Maîtres, qui se tiennent ici même dans ma dynamique ville natale .En tant que présidente d'honneur de cet événement prestigieux, je suis ravie de voir autant d'athlètes dévoués et de familles solidaires se réunir pour célébrer l'esprit de l'haltérophilie.

Ce championnat n'est pas seulement une compétition ; c'est un témoignage du travail acharné, de la persévérance et de la passion que chacun d'entre vous apporte à ce sport. Votre dévouement et votre engagement nous inspirent tous et aident à élever le sport de l'haltérophilie à de nouveaux sommets.

Aux athlètes, nous applaudissons votre force, vos compétences et votre détermination ; nous sommes impatients d'assister à vos incroyables performances. Pour les familles et les amis, votre soutien indéfectible est inestimable et grandement apprécié. Vous jouez un rôle crucial dans le succès de ces athlètes, tout comme ma famille et mes amis ont aussi joué un rôle important dans mon succès sportif passé.

Nous espérons que vous apprécierez votre temps ici, en vous faisant de nouveaux amis, en créant des souvenirs durables et en découvrant la chaleur et l'hospitalité de notre communauté. Je vous encourage à profiter de l'occasion pour découvrir les coins merveilleux de notre ville et de notre région, incluant la magnifique piste cyclable du Lac Osisko, les collines Kékéko, la beauté indescriptible des parcs nationaux d'Aiguebelle et Opémican, de visiter notre faune de la région au Refuge Pageau et de faire un arrêt à la Cité de l'Or de Val-d'Or, qui sont toutes des activités coups de cœur de notre coin de pays.

Merci de faire partie de cet événement spécial. Rassemblons-nous tous pour célébrer l'excellence, la camaraderie et l'amour commun de l'haltérophilie.

Meilleures salutations,

Christine Girard

*Dear Athletes, Families, and Friends,*

*It is with immense pride and joy that I welcome you to the Canadian Masters Championships, hosted right here in our vibrant hometown. As the honorary president of this prestigious event, I am thrilled to see so many dedicated athletes and supportive families coming together to celebrate the spirit of weightlifting.*

*This championship is not just a competition; it is a testament to the hard work, perseverance, and passion that each of you brings to this sport. Your dedication and commitment inspire us all and help elevate the sport of weightlifting to new heights.*

*To the athletes, we applaud your strength, skill, and determination; we look forward to witnessing your incredible performances. To the families and friends, your unwavering support is invaluable and greatly appreciated. You play a crucial role in the success of these athletes, just as my family and friends have also played an important role in my past sporting success.*

*We hope you enjoy your time here, making new friends, creating lasting memories, and experiencing the warmth and hospitality of our community. I encourage you to take the opportunity to discover the wonderful corners of our city and our region, including the magnificent bike path at Lake Osisko, the Kekeko hills, the indescribable beauty of the d'Aiguebelle and Opémican nationals parks, visit our wildlife of the region at the Refuge Pageau and make a stop at the Cité de l'Or in Val-d'Or, all favorite activities in our part of the country.*

*Thank you for being a part of this special event. Let us all come together to celebrate excellence, camaraderie, and the shared love of weightlifting.*

*Warm regards,*

*Christine Girard*

# BIENVENUE AUX CHAMPIONNATS CANADIENS MASTERS D'HALTÉROPHILIE 2024 À ROUYN-NORANDA !

Chers amateurs d'haltérophilie, athlètes, partenaires et passionnés du sport,

Nous sommes ravis de vous accueillir sur le site officiel des Championnats Canadiens Masters d'Haltérophilie 2024. Cet événement exceptionnel se déroulera du 12 au 14 juillet 2024 au gymnase du Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue, à Rouyn-Noranda. Il s'agit d'une célébration de l'engagement, de la détermination et de la passion pour l'haltérophilie, et nous sommes fiers d'être les hôtes de cette compétition de renom.

Ce que vous pouvez attendre de cet événement:

- **Compétition de haut niveau** : Les Championnats Canadiens Masters rassembleront certains des meilleurs haltérophiles masters du Canada, ainsi que plusieurs athlètes émérites de la région. Préparez-vous à voir des performances exceptionnelles.

- **Expérience mémorable** : Nous avons minutieusement préparé chaque détail pour garantir une expérience inoubliable aux participants et aux spectateurs. Le gymnase du Cégep sera le théâtre de moments mémorables.

- **Collaborations exceptionnelles** : Nous sommes fiers de nos partenariats avec des clubs d'haltérophilie et des organisations locales qui renforcent la qualité de cet événement. Ensemble, nous visons l'excellence.

- **Soutien local** : Le soutien de la communauté de Rouyn-Noranda est essentiel à notre succès. Nous encourageons tous nos visiteurs à découvrir la richesse de notre ville, de ses commerces et de ses espaces naturels.

Nous remercions nos commanditaires et partenaires pour leur générosité et leur engagement envers cet événement. Leur soutien permet de rendre ces Championnats Canadiens Masters encore plus mémorables.

Restez connectés à notre site web pour les dernières actualités, les horaires des compétitions, les listes de départ et listes des participants à jour et d'autres informations essentielles pour profiter pleinement de cette expérience. Suivez-nous également sur les réseaux sociaux pour des mises à jour en temps réel.

Nous sommes impatients de vous accueillir à Rouyn-Noranda en juillet 2024 pour une semaine de compétition acharnée, de camaraderie et de célébration de l'haltérophilie. Soyez prêts à vivre l'excitation des Championnats Canadiens Masters d'Haltérophilie !

Avec nos salutations sportives,

L'équipe de l'organisation des Championnats Canadiens Masters d'Haltérophilie 2024

# WELCOME TO THE 2024 CANADIAN MASTERS WEIGHTLIFTING CHAMPIONSHIPS IN ROUYN-NORANDA !

Dear weightlifting enthusiasts, athletes, partners, and sports enthusiasts,

We are delighted to welcome you to the official website of the 2024 Canadian Masters Weightlifting Championships. This exceptional event will take place from July 12th to July 14th, 2024, at the gymnasium of Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue, in Rouyn-Noranda. It is a celebration of commitment, determination, and passion for weightlifting, and we are proud to be the hosts of this prestigious competition.

Here's what you can expect from this event:

- **High-Level Competition**: The Canadian Masters Weightlifting Championships will bring together some of Canada's finest master weightlifters, along with several outstanding local athletes. Get ready to witness exceptional performances.
- **Memorable Experience**: We have meticulously prepared every detail to ensure an unforgettable experience for participants and spectators alike. The Cégep gymnasium will be the stage for memorable moments.
- **Exceptional Collaborations**: We take pride in our partnerships with weightlifting clubs and local organizations that enhance the quality of this event. Together, we aim for excellence.
- **Local Support**: The support of the Rouyn-Noranda community is crucial to our success. We encourage all our visitors to explore the richness of our city, from its shops to its natural spaces.

We extend our gratitude to our sponsors and partners for their generosity and commitment to making these Canadian Masters Championships even more memorable.

Stay connected to our website for the latest news, competition schedules, up-to-date start lists and participant information, and other essential details to fully enjoy this experience. Also, follow us on social media for real-time updates.

We look forward to welcoming you to Rouyn-Noranda in July 2024 for a week of fierce competition, camaraderie, and the celebration of weightlifting. Get ready to experience the excitement of the Canadian Masters Weightlifting Championships!

With sportsmanship regards,

The organizing team of the 2024 Canadian Masters Weightlifting Championships

# COMITÉ ORGANISATEUR
## *ORGANISING COMMITTEE*

**MARIO ROBITAILLE**
Président et Directeur Technique / President and Technical Director
Cell : (819) 277-2757

**YVES CARIGNAN**
Vice-Président / Vice-President

**JASMINE GRIGNON**
Directrice Principale / Senior Director

**SYLVIE BAILLARGEON**
Trésorière / Treasurer

**STÉPHANIE POIRIER**
Premiers Soins et chargeur / First aid and Chargers logistics
Cell : (819) 768-3685

**PATRICK BERGERON**
Logistique transport et banquet / Transport and Banquet logistics

**DAVID PETIT**
Logistique, et Chargeurs / Logistics committee and Chargers logistics

**CAROLINE DARVEAU**
Logistique et transport / logistic and transport

**ROBIN BARON MORASSE**
Logistique et sécurité / Logistics committee and Security

**ISABELLE BROCHU**
Publicité et Relations avec les médias, le milieu et tourisme / Publicity and Media relations, environment and tourism
Cell : (819) 520-0768

**MAIA GONTHIER**
Protocole et commandite / Protocol and sponsorship

**MARTIN ROCHETTE**
Conseiller et représentant à la Ville de Rouyn-Noranda / Councillor and representative of the City of Rouyn-Noranda

**CHRISTINE GIRARD**
Présidente d'honneur / Honorary President

# RENSEIGNEMENTS IMPORTANTS

Le **code de conduite de la WCHM** sera en vigueur.
Code-of-Conduct-Approved.EN .FR .2023.05.01.pdf (wchmasters.org)

La **politique de confidentialité de la WCHM** sera en vigueur: Privacy Policies – WCHMasters

**Pesée des athlètes:**

- Doit porter un costume d'haltérophile avant d'entrer dans la salle de pesée.
- Les pesées en sous-vêtements ou à nu ne sont pas autorisées.
- Doit avoir une pièce d'identité avec photo prête à montrer à l'officiel technique.
- Doit avoir leurs barres de départ prêtes à fournir à l'officiel technique.
- Doit procéder à la signature et apposer ses initiales à côté de leur mesure de poids corporel et de leurs barres de départ.

**Officiel de pesée** :

- S'assure que les règles de pesée IWF et WCHM sont appliquées.
- Déduit 250 g / 0,25 kg (300 g / 0,3 kg si la balance mesure à 0,1 kg) de la mesure du poids corporel affichée sur la balance.
- Permet aux athlètes de descendre dans une catégorie de poids corporel, mais seulement si la session de catégorie de poids corporel inférieur n'a pas commencé.

Weigh-In-Rules-for-the-Canadian-Masters-Weightlifting-Championships.EN .FR .2024.04.11.pdf (wchmasters.org)

**Qualifications des entraîneurs** : Il n'y a actuellement aucune exigence de qualification minimale pour les entraîneurs participant aux Championnats canadiens d'haltérophilie maîtres et aux compétitions d'haltérophilie des maîtres sanctionnées par l'IMWA. Cependant, les directeurs de compétition peuvent limiter le nombre d'entraîneurs dans la salle d'échauffement et / ou dans les installations d'entraînement. Les entraîneurs sont encouragés à avoir au minimum la certification d'introduction à la compétition (Comp-Intro).

**Règles techniques** : Toutes les règles de l'IWF s'appliqueront aux aspects techniques d'arraché et d'épaulé-jeté. Exemples : Non "press outs", "hitching", "dirty cleans," coudes couverts, dead lift, mauvaise extension des bras et des jambes (à moins d'être portée à l'attention des arbitres). Il y aura l'inclusion des athlètes adaptatifs participant en tant que para-haltérophiles avec des officiels techniques étant correctement conseillés.

**Tentatives de battre un record** : Les tentatives seront indiquées visuellement sur l'écran du tableau afficheur et sinon, les entraîneurs recevront un formulaire à remplir et à donner à l'annonceur. Cela garantira que tous les arbitres sont de niveau national au minimum.

**Contrôle du dopage** : Sera administré par Drug Free Sports International (DFSI) avec des tests d'échantillons effectués par un laboratoire approuvé par l'AMA.

# IMPORTANT INFORMATION

*The **WCHM Code of Conduct** will be in effect.*
*Code-of-Conduct-Approved.EN .FR .2023.05.01.pdf (wchmasters.org)*

*The **WCHM Privacy Policy will be in effect**: Privacy Policies – WCHMasters*

***Weigh-in athletes**:*

- *Must be wearing weightlifting singlet before entering weigh-in room.*
- *Cannot weigh in with their underwear or naked.*
- *Must have picture identification ready to show the technical official.*
- *Must have their starting attempts ready to provide to the technical official.*
- *Must initial their signature beside their bodyweight measurement and their starting attempts.*

***Weigh-in Official**:*

- *Ensures IWF and WCHM weigh in rules are applied.*
- *Deducts 250 g / 0.25 kg (300 g /0.3 kg if weigh scale measures to 0.1 kg) from the bodyweight measurement displayed on the weigh scale.*
- *Allows athletes to move down a weight category but only if the lower bodyweight category session has not started.*

*Weigh-In-Rules-for-the-Canadian-Masters-Weightlifting-Championships.EN .FR .2024.04.11.pdf (wchmasters.org)*

***Coach Qualifications**: There are currently no minimum qualification requirements for coaches participating in the Canadian Masters Weightlifting Championships and Masters weightlifting competitions sanctioned by the IMWA. However, competition directors may restrict the number of coaches in the warm-up room and/or in the training facilities. Coaches are encouraged to have at minimum the Competition Introduction (Comp-Intro) certification.*

***Technical Rules**: All of the IWF rules will apply to the technical aspects of the Snatch and the Clean and Jerk. Examples: no press outs, hitching, "dirty cleans," covered elbows, deadlift, faulty extension of the arms or legs (unless brought to the attention of the referees). There will be inclusion of adaptive athletes participating as para weightlifters with technical officials being appropriately advised.*

***Attempts to break a Record**: Attempts be visually indicated on the attempt screen and if not, coaches will be provided a form to complete and give to the Announcer. This will ensure that all Referees are National Level at a minimum.*

***Doping Control**: Will be administered by Drug Free Sports International (DFSI) with sample testing conducted by a WADA approved laboratory.*

# INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES
# *ADDITIONAL INFORMATION*

## PROCÉDURE DE PESÉE - WEIGHT *PROCEDURE*

Il sera possible de faire la vérification de votre poids sur la balance disponible à l'Hôtel Albert.
Carte d'identité avec photo obligatoire : (passeport, permis de conduite ou carte assurance maladie).

*It will be possible to check your weight on the scale available at the Albert Hotel.*
*Photo ID required: (passport, driving licence or health insurance card)*

## PREMIERS SOINS - FIRST AID

Des secouristes certifiés seront présents chaque jour de la compétition.

Certified First Aid Staff will be on duty each day of the Competition.

Responsable / *contact* : Stéphanie Poirier (819) 768-3685

## ESPACE D'ENTRAINEMENT - *TRAINING SPACE*

Un espace d'entrainement sera disponible à la palestre du Cégep, informez-vous sur le site de compétition.

*A training area will be available at the Cégep palestra. Find out more on the competition site.*

## REMISE DES MÉDAILLES ET TROPHÉES - PRESENTATION OF MEDALS AND TROPHIES

La remise des médailles et trophées du meilleurs leveurs a lieu lorsque l'ensemble des leveurs de la catégorie de poids corporel ont terminé leur compétition.

*The presentation of medals and trophies to the best lifters takes place when all lifters in the bodyweight category have completed their competition.*

## RÉUNION TECHNIQUE - TECHNICAL MEETING

La réunion technique se tiendra après l'assemblée générale annuelle (AGA) le 12 juillet au Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue (local L-7107).

*The technical meeting will be held after the Annual General Meeting (AGM) on July 12 at Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue (local L-7107).*

# RECORDS

**Comment enregistrer un nouveau record de levage:**

1. Vous devez être membre actuel de la WCHM.
2. Assurez-vous que vous avez réellement établi un record.
3. Assurez-vous que vous établissez le record dans un événement qui se qualifie.
4. Signalez l'enregistrement à l'aide du formulaire de nouvel enregistrement dans un délai de deux mois au maximum.
5. VEUILLEZ NOTER : Si vous définissez des enregistrements dans plusieurs catégories, vous pouvez les saisir sur le formulaire. Ne saisissez pas un autre formulaire

Ouvert provincial approuvé

Si vous avez battu un record lors d'un "Ouvert provincial approuvé", veuillez faire en sorte que votre président provincial communique avec le président de la WCHM avec les informations suivantes : Nom, date et ville de l'événement et que les exigences en matière d'arbitres ont été remplies. Vous pouvez également insérer ces informations sous "Commentaires ".

**Nouvelle demande d'enregistrement** https://www.wchmasters.org/records/ **New Record Application Form**

***How to record a new lifting record:***

1. *You must be a current member of the WCHM.*
2. *Make sure that you've actually set a record.*
3. *Make sure that you set the record in an event that qualifies.*
4. *Report the record using the New Record Form within two full months.*
5. *PLEASE NOTE: If you set records in more than one category, you can enter that on the form. Do not enter another form*

*Approved Provincial Open*

*If you broke a record at an "Approved Provincial Open", please have your Provincial President contact the WCHM President with the following information: Name , date and city of the event and that the referee requirements have been fulfilled. You can also insert this information under "Comments."*

# HORAIRE
# *SCHEDULE*

## Championnats Canadiens Masters 2024

| | | | | | Age | Weight | # Lifters | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Date | Session | Weigh-In | Start | Sex | Group | Category | Group | Session |
| Friday 12th | M1-FRIDAY | 9:00 a.m. | 11:00 a.m. | M | M70 | 67-89 | 4 | 8 |
| | | | | | M75 | 67-102 | 2 | |
| | | | | | M80 | 89 | 1 | |
| | | | | | M85 | 67 | 1 | |
| | W1-FRIDAY | 10:45 a.m. | 12:45 p.m. | F | W60 | 59-81 | 3 | 10 |
| | | | | | W65 | 55-64 | 3 | |
| | | | | | W70 | 64-76 | 3 | |
| | | | | | W75 | 87 | 1 | |
| | M2-FRIDAY | 12:30 p.m. | 2:30 p.m. | M | M60 | 67-109 | 10 | 11 |
| | | | | | M65 | 67 | 1 | |
| | W2-FRIDAY | 2:30 p.m. | 4:30 p.m. | F | W55 | 55-87 | 6 | 6 |
| | AGM 8:00 p.m at venue local #7107 | | | | | | | |
| Saturday 13th | W3-SATURDAY | 7:30 a.m. | 9:30 a.m. | F | W50 | 59->87 | 10 | 10 |
| | M3-SATURDAY | 9:30 a.m. | 11:30 a.m. | M | M50 | 61-89 | 9 | 15 |
| | | | | | M55 | 73-89 | 6 | |
| | Oppening ceremony 2:00 p.m. | | | | | | | |
| | W4-SATURDAY | 12:30 p.m. | 2:30 p.m. | F | W45 | 45->87 | 9 | 9 |
| | M4-SATURDAY | 2:30 p.m. | 4:30 p.m. | M | M40 | 73-109 | 5 | 11 |
| | | | | | M45 | 96-102 | 2 | |
| | | | | | M50 | 96-109 | 4 | |
| Sunday 14th | W5-SUNDAY | 7:30 a.m. | 9:30 a.m. | F | W40 | 49->87 | 12 | 12 |
| | W6-SUNDAY | 9:30 a.m. | 11:30 a.m. | F | W35 | 59-71 | 10 | 10 |
| | M5-SUNDAY | 11:30 a.m. | 1:30 p.m. | M | M30 | 73-102 | 4 | 9 |
| | | | | | M35 | 81-102 | 5 | |
| | W7-SUNDAY | 1:30 p.m. | 3:30 p.m. | F | W30 | 64->87 | 5 | 8 |
| | | | | | W35 | 81->87 | 3 | |
| | Banquet 7:30 p.m. cafétéria | | | | | | | |

# LISTE DE DÉPART
# *START LIST*

Name : **Championnats Canadiens Masters 2024**
Site : CEGEP Pavillon des sports 425 boulevard .du collège
Date : 2024-07-12 au 14

City : Rouyn-Noranda
Organizer : Club d'haltérophilie Héraclès

## Start List

| | Lot | Last Name | First Name | Team | Born | Cat. | Entry Total |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Session M1-FRIDAY** | | | | Weigh-in Time: 2024-07-12 09:00 | | Start Time: 2024-07-12 11:00 | |
| **Hommes 85+,80,75,70** | | | | | | | |
| 1 | 84 | Perron | Marcel | Québec | 1933 | M85 67 | 88 |
| 2 | 19 | Margolis | John | Québec | 1942 | M80 89 | 95 |
| 3 | 112 | Miller | Ken | New Brunswick | 1947 | M75 67 | 110 |
| 4 | 107 | Douglas | Iain | Ontario | 1949 | M75 102 | 107 |
| 5 | 13 | Carignan | Yves | Québec | 1952 | M70 67 | 102 |
| 6 | 115 | Gomes | Mark | Ontario | 1951 | M70 73 | 96 |
| 7 | 116 | Hibbard | Vern | Ontario | 1952 | M70 81 | 75 |
| 8 | 48 | Desroches | David | Ontario | 1954 | M70 89 | 149 |
| **Session W1-FRIDAY** | | | | Weigh-in Time: 2024-07-12 10:45 | | Start Time: 2024-07-12 12:45 | |
| **Femmes 75,70,65,60** | | | | | | | |
| 1 | 82 | Walt | Christine | Ontario | 1949 | W75 87 | 56 |
| 2 | 69 | Lander | Karen | Ontario | 1954 | W70 64 | 65 |
| 3 | 30 | Stewart | Ruth | British Columbia | 1954 | W70 71 | 70 |
| 4 | 49 | Dewar | Sandy | Alberta | 1953 | W70 76 | 67 |
| 5 | 37 | Tonus | Fern | Ontario | 1958 | W65 55 | 68 |
| 6 | 100 | Poplawski | Tina | Ontario | 1956 | W65 55 | 48 |
| 7 | 8 | Harvey | Heather | Ontario | 1956 | W65 64 | 50 |
| 8 | 72 | Poulin | Manon | Québec | 1963 | W60 59 | 85 |
| 9 | 86 | Moring | Joanne | Ontario | 1964 | W60 76 | 70 |
| 10 | 42 | Waterfield | Madeleine | Ontario | 1964 | W60 81 | 100 |
| **Session M2-FRIDAY** | | | | Weigh-in Time: 2024-07-12 12:30 | | Start Time: 2024-07-12 14:30 | |
| **Hommes 65 ,60** | | | | | | | |
| 1 | 55 | Piétracupa | Michel | Québec | 1959 | M65 67 | 125 |
| 2 | 29 | Allahyari | Behzad | Québec | 1964 | M60 67 | 131 |
| 3 | 3 | MacDowell | Peter | Ontario | 1960 | M60 73 | 123 |
| 4 | 88 | Pare | Daniel | Ontario | 1961 | M60 73 | 105 |
| 5 | 66 | Vachon | Jocelyn | Québec | 1962 | M60 81 | 140 |
| 6 | 94 | Varencaus | Andris | Québec | 1962 | M60 81 | 125 |
| 7 | 98 | Boshuck | William | Québec | 1963 | M60 81 | 144 |
| 8 | 24 | Boucher | Mario | Québec | 1963 | M60 89 | 163 |
| 9 | 41 | Normand | Jocelyn | Québec | 1960 | M60 96 | 199 |
| 10 | 101 | Lewis | Gary | Ontario | 1961 | M60 102 | 141 |
| 11 | 87 | Sanderson | Tim | Ontario | 1964 | M60 109 | 186 |

| Session W2-FRIDAY | | | | | Weigh-in Time: 2024-07-12 14:30 | | Start Time: 2024-07-13 16:30 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Femmes 55 ans** | | | | | | | |
| 1 | 117 | Larivière | Martine | Québec | 1965 | W55 55 | 79 |
| 2 | 104 | Croteau | Manon | Québec | 1965 | W55 59 | 87 |
| 3 | 58 | Guénette | Sylvie | Ontario | 1966 | W55 64 | 113 |
| 4 | 63 | Quilty | Maureen | Ontario | 1966 | W55 64 | 78 |
| 5 | 25 | Barber | Patricia | Ontario | 1965 | W55 81 | 113 |
| 6 | 79 | Donaldson | Kelly | Ontario | 1968 | W55 87 | 105 |

| Session W3-SATURDAY | | | | | Weigh-in Time: 2024-07-13 07:30 | | Start Time: 2024-07-13 09:30 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Femmes 50 ans** | | | | | | | |
| 1 | 43 | Gauthier | Isabelle | Québec | 1972 | W50 59 | 100 |
| 2 | 91 | Ptolemy-Daly | Marg | Ontario | 1971 | W50 64 | 86 |
| 3 | 110 | Beaumont | Julie | Québec | 1971 | W50 64 | 108 |
| 4 | 39 | Villagonzalo | Marife | Ontario | 1972 | W50 71 | 125 |
| 5 | 6 | St-denis | Annick | Québec | 1973 | W50 76 | 81 |
| 6 | 33 | Jones | Sue | Ontario | 1972 | W50 76 | 140 |
| 7 | 75 | Richard | Nathalie | Ontario | 1973 | W50 76 | 112 |
| 8 | 45 | O'Neill | Sara | Ontario | 1974 | W50 81 | 88 |
| 9 | 96 | Bastiaan | Helga | Ontario | 1973 | W50 87 | 106 |
| 10 | 93 | Pearson | Michelle | Ontario | 1973 | W50 >87 | 95 |

| Session M3-SATURDAY | | | | | Weigh-in Time: 2024-07-13 09:30 | | Start Time: 2024-07-13 11:30 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Hommes 55 et 50 de 61kg à 89 kg** | | | | | | | |
| 1 | 59 | Robitaille | Mario | Québec | 1965 | M55 73 | 158 |
| 2 | 46 | Levesque | Jean-Yves | Québec | 1969 | M55 81 | 167 |
| 3 | 89 | Bilodeau | Alain | Québec | 1966 | M55 81 | 215 |
| 4 | 23 | McAuliffe | Tim | Ontario | 1965 | M55 89 | 143 |
| 5 | 56 | Crane | Jamie | Ontario | 1967 | M55 89 | 205 |
| 6 | 83 | Doucette | Gregory | Nouveau-Brunswick | 1965 | M55 89 | 173 |
| 7 | 65 | David | Petit | Québec | 1972 | M50 61 | 154 |
| 8 | 38 | Walt | Cory | Ontario | 1972 | M50 73 | 160 |
| 9 | 74 | Daoust | Dominic | Québec | 1971 | M50 73 | 140 |
| 10 | 78 | Caouette | Claude | Québec | 1971 | M50 81 | 198 |
| 11 | 5 | Byblow | Leigh | British Columbia | 1970 | M50 89 | 185 |
| 12 | 11 | Bougie | Martin | Québec | 1970 | M50 89 | 170 |
| 13 | 21 | Willis | Leigh | Ontario | 1970 | M50 89 | 206 |
| 14 | 95 | Bohonis | Christopher | Manitoba | 1972 | M50 89 | 165 |
| 15 | 111 | Harding | Dave | Ontario | 1974 | M50 89 | 192 |

| Session W4-SATURDAY | | | | | Weigh-in Time: 2024-07-13 12:30 | | Start Time: 2024-07-13 14:30 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Femmes 45 ans** | | | | | | | |
| 1 | 20 | Warner | Pamela | Ontario | 1979 | W45 45 | 99 |
| 2 | 2 | Bartz | Charity | Ontario | 1978 | W45 59 | 149 |
| 3 | 14 | Darveau | Caroline | Québec | 1975 | W45 64 | 132 |
| 4 | 92 | Halligan | Jillian | Ontario | 1975 | W45 64 | 144 |
| 5 | 53 | Francoeur | Providence | Québec | 1977 | W45 71 | 120 |
| 6 | 71 | Penney | Allison | Newfoundland and Labrador | 1979 | W45 71 | 152 |
| 7 | 99 | Desmarais | Melanie | Québec | 1977 | W45 76 | 104 |
| 8 | 4 | Pernica | Patricia | Québec | 1979 | W45 81 | 91 |
| 9 | 81 | Brouillard | Karine | Québec | 1978 | W45 >87 | 135 |

| Session M4-SATURDAY | | | | | Weigh-in Time: 2024-07-13 14:30 | | Start Time: 2024-07-13 16:30 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Hommes 50 ans 96 kg +, 45ans , et 40 ans** | | | | | | | |
| 1 | 22 | Gault | Thorin | Ontario | 1973 | M50 96 | 225 |
| 2 | 62 | Glass | Scott | Saskatchewan | 1971 | M50 102 | – |
| 3 | 119 | Vanwynsberghe | Brad | Ontario | 1970 | M50 102 | 235 |
| 4 | 113 | Gorman | Ken | Ontario | 1973 | M50 109 | 199 |
| 5 | 90 | Naud | Sébastien | Québec | 1978 | M45 96 | 186 |
| 6 | 40 | Pelletier | David | Québec | 1975 | M45 102 | 192 |
| 7 | 60 | Lamanes | Kevin | Ontario | 1982 | M40 73 | 205 |
| 8 | 7 | Dupuis | David | Québec | 1980 | M40 89 | 170 |
| 9 | 35 | McGuire | Kyle | Ontario | 1981 | M40 96 | 184 |
| 10 | 102 | Johnson | James | Ontario | 1981 | M40 102 | 260 |
| 11 | 50 | Boyd | David | Manitoba | 1983 | M40 109 | 197 |

| Session W5-SUNDAY | | | | | Weigh-in Time: 2024-07-14 07:30 | | Start Time: 2024-07-14 09:30 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Femmes 40 ans** | | | | | | | |
| 1 | 34 | Jeffrey | Joanne | Ontario | 1981 | W40 49 | 124 |
| 2 | 47 | Lavechia | Krystal | Ontario | 1983 | W40 55 | 135 |
| 3 | 114 | Desjardins | Karine | Québec | 1982 | W40 59 | 142 |
| 4 | 57 | Ki | Virginia | Ontario | 1983 | W40 71 | 130 |
| 5 | 77 | Poirier | Stephanie | Québec | 1984 | W40 71 | 103 |
| 6 | 28 | Condon | Sarah | Ontario | 1983 | W40 76 | 107 |
| 7 | 51 | Naud | Marie-Claude | Québec | 1980 | W40 76 | 105 |
| 8 | 18 | Brochu | Isabelle | Québec | 1981 | W40 81 | 126 |
| 9 | 27 | Fryia | Lisa | Ontario | 1982 | W40 81 | 137 |
| 10 | 106 | Quaile | Christina | Ontario | 1980 | W40 81 | 130 |
| 11 | 109 | Wijaya | Saret | Ontario | 1981 | W40 87 | 132 |
| 12 | 118 | Hammar | Grace | Ontario | 1983 | W40 >87 | 133 |

| Session W6-SUNDAY | | | | | Weigh-in Time: 2024-07-14 09:30 | | Start Time: 2024-07-14 11:30 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Femmes 35 ans 59 kg à 71 kg** | | | | | | | |
| 1 | 108 | Cosmidis | Hilda | Ontario | 1986 | W35 59 | 134 |
| 2 | 10 | McGrath | Amy | Ontario | 1986 | W35 64 | 115 |
| 3 | 15 | Olivos diaz | Sandra teresa | Québec | 1988 | W35 64 | 103 |
| 4 | 61 | Ouellet | Joanie | Québec | 1988 | W35 64 | 145 |
| 5 | 26 | Barnes Crevier | Emma | Québec | 1986 | W35 71 | 135 |
| 6 | 44 | Parrett | Shannon | Ontario | 1985 | W35 71 | 118 |
| 7 | 64 | Schmidt | Gabrielle | Québec | 1988 | W35 71 | 178 |
| 8 | 70 | Auclair | Émilie | Québec | 1985 | W35 71 | 115 |
| 9 | 85 | Yum | Lisa | Québec | 1987 | W35 71 | 129 |
| 10 | 103 | Phipps | Amie | Ontario | 1985 | W35 71 | 125 |

| Session M5-SUNDAY | | | | | Weigh-in Time: 2024-07-14 11:30 | | Start Time: 2024-07-14 13:30 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Hommes 35 ans et 30 ans** | | | | | | | |
| 1 | 67 | Tarulli | Rob | Ontario | 1987 | M35 81 | 232 |
| 2 | 9 | Saint-Jean | Rigardi | Québec | 1986 | M35 89 | 200 |
| 3 | 105 | Giraldo | Carlos | Québec | 1985 | M35 89 | 196 |
| 4 | 54 | Poulin | Benoit | Québec | 1988 | M35 96 | 237 |
| 5 | 36 | Arcand | Guillaume | Québec | 1987 | M35 102 | 230 |
| 6 | 52 | Dumas | Alexandre | Québec | 1994 | M30 73 | 200 |
| 7 | 68 | Piétracupa | Vincent | Québec | 1991 | M30 81 | 256 |
| 8 | 76 | Cheong | Justin | Ontario | 1991 | M30 89 | 245 |
| 9 | 32 | Michaud | Alexandre | Québec | 1990 | M30 102 | 215 |

| Session W7-SUNDAY | | | | | Weigh-in Time: 2024-07-14 13:30 | | Start Time: 2024-07-14 15:30 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Femmes 35 ans 81 kg et plus et 30 ans** | | | | | | | |
| 1 | 31 | Piel-Glade | Linsey | Manitoba | 1987 | W35 81 | 167 |
| 2 | 73 | Lee | Bronwyn | Ontario | 1989 | W35 >87 | 133 |
| 3 | 80 | Page | Michelle | Ontario | 1987 | W35 >87 | 172 |
| 4 | 1 | Ruel | Jessica | Québec | 1991 | W30 64 | 127 |
| 5 | 16 | Gingras | Laurence | Québec | 1992 | W30 64 | 140 |
| 6 | 17 | Salvail-Berard | Fanny | Québec | 1994 | W30 81 | 191 |
| 7 | 97 | Champagne | Judy | Ontario | 1992 | W30 81 | 115 |
| 8 | 12 | Wheeler | Tyna | Manitoba | 1990 | W30 >87 | 142 |

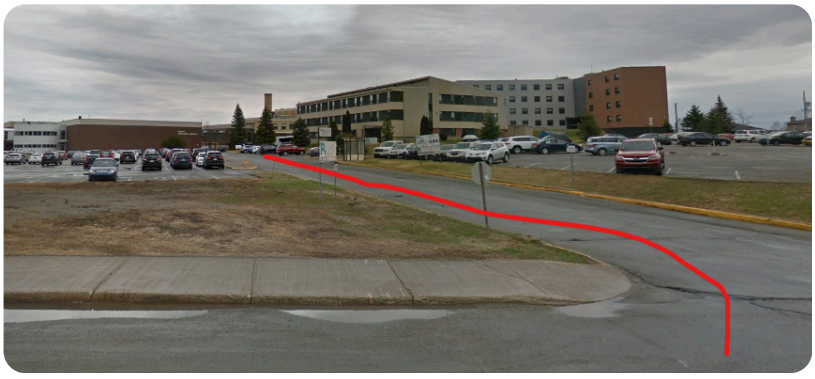
# LIEU DE LA COMPÉTITION
# *COMPETITION VENUE*

## CAMPUS DE ROUYN-NORANDA


Photo : site web du Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue

Le **Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue** est une institution d'enseignement collégial unique dans la vaste région de l'Abitibi-Témiscamingue. Il dispose de trois campus situés à Amos, Rouyn-Noranda et Val-d'Or, ainsi que de deux centres de formation continue à Ville-Marie et La Sarre.

*The **Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue** is a unique college institution in the vast Abitibi-Témiscamingue region. It has three campuses located in Amos, Rouyn-Noranda, and Val-d'Or, as well as two continuing education centers in Ville-Marie and La Sarre.*



**Stationnement gratuit / free *parking***



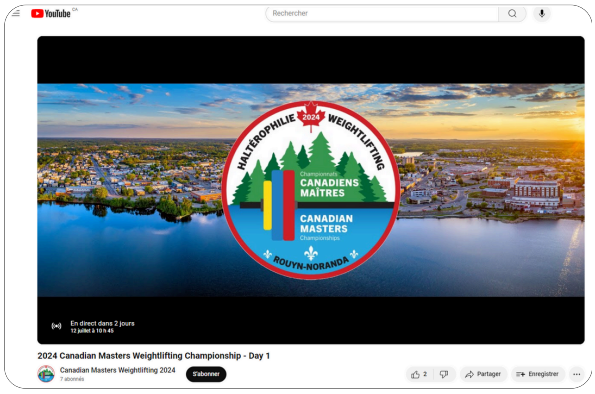

**Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue**
425 Blvd. du Collège
Rouyn-Noranda (QC)
J9X 5E5






# SUIVEZ- NOUS
# *FOLLOW US*

**DIFFUSION WEB - EN DIRECT / *WEB DIFFUSION - LIVE STREAMED***
**YouTube**




https://www.youtube.com/channel/UCf82DhDDLeD2rdNZ9raE57w/live

**PAGE FACEBOOK / *FACEBOOK PAGE***

2024 Canadian Masters Weightifting / Haltérophilie Rouyn-Noranda

**SITE WEB / *WEB SITE***

**Français**
https://mastersweightlifting2024.ca/fr/

***English***
https://mastersweightlifting2024.ca




**INFOS**

**Courriel / *e-mail* : info@mastersweightlifting2024.com**
**Téléphone / *phone* : (819) 277-2757**

# HORAIRE D'OUVERTURE - CAFÉTÉRIA AU CÉGEP
# *OPENING HOURS SHEDULE - CEGEP CAFETERIA*

**HORAIRE DE LA CAFÉTÉRIA**

VENDREDI :
Ouverture de 9h30 à 17h

SAMEDI :
Ouverture de 7h30 à 17h

DIMANCHE :
Ouverture de 7h30 à 16h

Tout au long de la journée, des repas seront disponibles.

LE MATIN :
Petit-déjeuner disponible

MIDI :
Repas de midi disponibles

Des repas pourront également être servis à n'importe quelle période, mais le choix sera plus limité.

On proposera des plats comme des pâtes (par exemple lasagnes), du poulet, des sandwichs et des breuvages.

Menu du jour : 16 $

Petit-déjeuner : 8 $

***CAFETERIA SCHEDULE***

*FRIDAY:*
*Open from 9:30 AM to 5:00 PM*

*SATURDAY:*
*Open from 7:30 AM to 5:00 PM*

*SUNDAY:*
*Open from 7:30 AM to 4:00 PM*

*Meals will be available throughout the day.*

*MORNING:*
*Breakfast available*

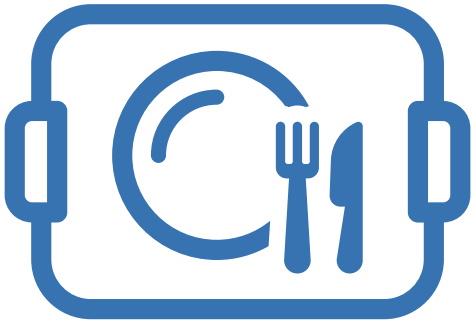
*NOON:*
*Lunch available*

*Meals can also be served at any time, but the selection will be more limited.*

*Options will include dishes like pasta (e.g., lasagna), chicken, sandwiches, and beverages.*

*Daily Menu: $16*

*Breakfast: $8*



# BANQUET

## BANQUET DE CLÔTURE

Joignez-vous à nous pour une soirée inoubliable lors de notre banquet à venir !
Voici tout ce que vous devez savoir :

- Tarifs des billets :
  - Prévente : 45 $
  - Sur place : 50 $
- Options de menu: Choisissez parmi trois délicieuses options de repas :
  - Boeuf
  - Poulet
  - Végétarien
- Inclus:
  - Bar à salade
  - Café, thé, eau
  - Soupe
  - Dessert
- Boissons: Des boissons alcoolisées seront disponibles (non compris). Des options de vin et de bière seront proposées.
- Détails de l'événement :
  - Date : Dimanche 14 juillet
  - Heure : 19h30
  - Lieu : Cafétéria, Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue
- Divertissement: Profitez d'une soirée remplie de musique ! Après le dîner, nous aurons une remise des prix suivie d'une performance live de Marc Audet. Préparez-vous à une sélection de chansons américaines, canadiennes et québécoises !

Ne manquez pas cette soirée de plaisir et de célébration !
Réservez votre place dès aujourd'hui.

## CLOSING BANQUET

Join us for an unforgettable evening at our upcoming banquet!
Here's everything you need to know:

- Ticket Pricing:

Pre-sale tickets: $45
On-site tickets: $50

- Menu Options: Choose from three delicious meal options:
  - Beef
  - Chicken
  - Vegetarian
- Included:
  - Salad bar
  - Coffee, tea, water
  - Soup
  - Dessert
- Beverages: Alcoholic beverages available (not included). Wine and beer options will be offered.
- Event Details:
  - Date: Sunday, July 14th
  - Time: 7:30 PM
  - Location: Cafeteria, Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue
- Entertainment: Enjoy an evening filled with music! After dinner, we'll have an awards presentation followed by a live performance by Marc Audet. Get ready for a mix of American, Canadian, and Québécois tunes!

Don't miss out on this evening of fun and celebration!
Reserve your spot today.

Il sera possible de se procurer un billet pour le banquet jusqu'au samedi 13 juillet à 13h.
*Tickets for the banquet will be available until Saturday, July 13 at 1 p.m.*

**RÉSERVEZ MAINTENANT / *RESERVED NOW***

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSct7Fj2xHQX7G6wBUiSJkl8dO00MQu8Wv_Omp9nw5dMATc88A/viewformsous-titre



**Mélanie & Marc Audet**
ils performeront live au banquet
*they will perform live at the banquet*

# TRANSPORT

## Aéroport régional de Rouyn-Noranda



Photo : site web Ville de Rouyn-Noranda

Situé à 16 kilomètres à l'est du centre-ville de Rouyn-Noranda, l'Aéroport régional de Rouyn-Noranda accueille plus de 100 000 passagers annuellement. Il s'agit d'une infrastructure névralgique pour le développement de Rouyn-Noranda et de ses entreprises.

*Located 16 kilometers east of downtown Rouyn-Noranda, the Rouyn-Noranda regional airport handles over 100,000 passengers annually. It is a key infrastructure for the development of Rouyn-Noranda and its businesses.*

## Taxi

Le service de taxis est situé devant l'entrée principale de l'aérogare. Tous les tarifs de taxis sont calculés par voyage et non par personne selon les prix en vigueur au taximètre.

*The cab service is located in front of the main entrance to the terminal. All cab fares are calculated on a per-trip basis, not per-person, according to the current taximeter prices.*

COOP TAXI
18 Mgr Tessier Ouest
Rouyn-Noranda (Qc)  J9X 2S4
819-762-1733  Sans frais : 1-877-762-1733

## Compagnies aériennes

AIR CANADA
Réservation : 1 888 247-2262  Comptoir : 819 762-5400

AIR LIAISON
Téléphone : 1 888 589-8972

EDGARD
Téléphone : (819) 277-6072

AIR CREEBEC
Téléphone : 1 800 567-5667

PROPAIR INC.
Téléphone : (819) 762-0811

## Location de voiture / Car rental

NATIONAL
Téléphone : (819) 797-4400
https://www.nationalcar.ca

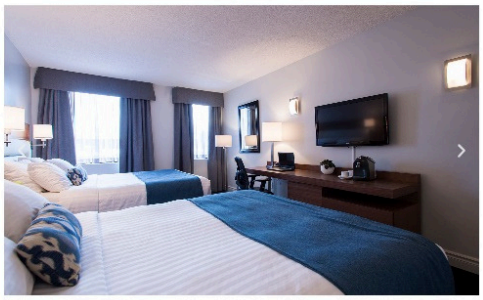
LOCATION NORD-OUEST - BUDGET
Téléphone : (819) 797-3838
https://www.budget.ca/

# HÉBERGEMENTS
# *ACCOMODATIONS*

**Bénéficiez d'un tarif spécial dans l'un de ces deux hôtels**

## Hôtel Albert

Numéro d'enregistrement: 523740



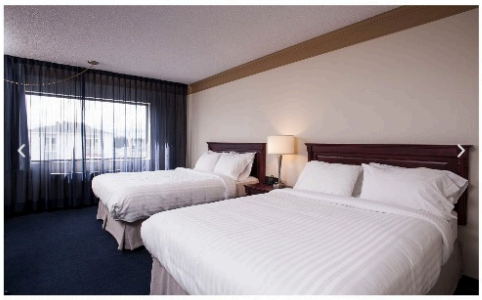
819-762-3545
www.hotelalbert.ca
84, av. Principale, R-N J9X 4P2

**Un grand lit** ..... **170.00$**
Occupation simple ou double

**Deux grands lits** ..... **180.00$**
Occupation double (Ajoutez 10.00$ pour triple, 20.00$ pour quadruple)

## Centre Hotêlier Deville

Numéro d'enregistrement: 527936



819-762-0725
www.devillehotelier.com
95, av. Horne, R-N J9X 4S4

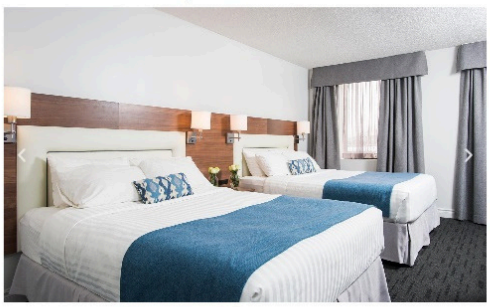
**Deux grands lits** ..... **180.00$**
Occupation double (Ajoutez 10.00$ pour triple, 20.00$ pour quadruple)

**Assurez-vous de mentionner « au nom du Championnat Masters d'Haltérophilie » lors de la réservation !**

**Take advantage of a special rate at one of these two hotels**

## Hôtel Albert

Registration number: 523740



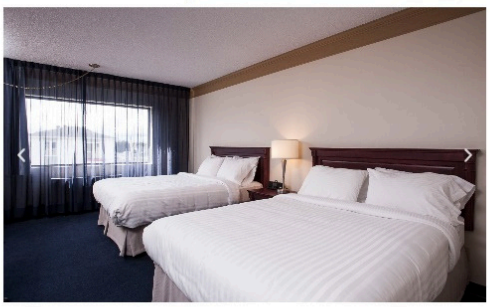
819-762-3545
www.hotelalbert.ca
84, av. Principale, R-N J9X 4P2

**Single queen bed** ..... **170.00$**
Single or double occupancy

**Two queen beds** ..... **180.00$**
Double occupancy (Add 10.00$ for triple, 20.00$ for quadruple)

## Centre Hotêlier Deville

Registration number: 527936



819-762-0725
www.devillehotelier.com
95, av. Horne, R-N J9X 4S4

**Two queen beds** ..... **180.00$**
Double occupancy (Add 10.00$ for triple, 20.00$ for quadruple)

**Make sure to mention "on behalf of Masters Weightlifting Championship" when booking!**

# HÉBERGEMENTS
# *ACCOMODATIONS*



## Hôtels ET MOTELS

| | | Animaux acceptés *Pets allowed* | Restaurant | Bar | Déjeuner continental ou complet *Continental or full breakfast* |
|---|---|---|---|---|---|
| **Hôtel Albert par G5***<br>819 762-3545 hotelalbert.ca<br>84, av. Principale, R-N J9X 4P2 | hotelalbert.ca<br>No d'enregistrement : 523740 | ✓ | ✓ | Le Polonais Cocktail Bar à proximité | ✓ |
| **Centre Hôtelier Deville Par G5***<br>819 762-0725 / 1 888 828-0725<br>95, av. Horne, R-N J9X 4S4 | devillehotelier.com<br>No d'enregistrement : 527936 | | | Le Polonais Cocktail Bar à proximité | ✓ |
| **ENTENTE SPÉCIALE - SPECIAL AGREEMENT**<br>*Bloc de chambres réservé (50 chambres) jusqu'au 1er juin 2024<br>Rooms block reserved (50 rooms) until June 1, 2024<br>Au nom de / on behalf of the : championnats masters halterophilie ou/or weightlifting | | | | | |
| **Le Noranda Hôtel & Spa**<br>819 762-2341 / 1 866 562-2341<br>41, 6e Rue, R-N J9X 1Y8 | lenoranda.com<br>No d'enregistrement : 526816 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| **Quality Inn Rouyn-Noranda**<br>819 762-0991 / 1 800 567-6423<br>260, boul. Rideau, R-N J9X 1P1 | qualityinnrn.ca<br>No d'enregistrement : 578222 | | ✓ | ✓ | ✓ |
| **Comfort Inn Rouyn-Noranda**<br>819 797-1313<br>1295, av. Larivière, R-N J9X 6M6 | comfortinnrouyn-noranda.com<br>No d'enregistrement : 569623 | ✓ | | | ✓ |
| **Motel Mistral**<br>819 762-0884 / 1 888 608-0884<br>903, av. Larivière, R-N J9X 4K6 | motelmistral.com<br>No d'enregistrement : 582890 | | ✓ | ✓ | |

## Résidences ET STUDIOS
*TOURIST HOMES AND STUDIOS*

**LE LOGIS DES PRODIGES**
819 763-0941 | nasaralia.com
773-777 av. Laliberté, R-N J9X 3Y4
No d'enregistrement : 300649

**LE LOGIS DU BONHEUR**
819 763-0941 | nasaralia.com
A-39, rue Monseigneur-Tessier Est, R-N J9X 3B8
No d'enregistrement : 309086

**HOTEL ALBERT PAR G5**
819 762-3545
hotelalbert.ca/appartements/
84, av. Principale, R-N J9X 4P2
No d'enregistrement : 523740

**MOTEL MISTRAL**
819 762-0884 / 1 888 608-0884
motelmistral.com
903, av. Larivière, R-N J9X 4K6
No d'enregistrement : 582890

**CHÂTEAU SPA CENTRAL**
819 797-8911 | chateauspacentral.ca
53, rue Perreault Est, R-N J9X 3C1
No d'enregistrement : 295695

**HÉBERGEMENT LES MATINS TRANQUILLES**
819 797-0924
lesmatinstranquilles.blogspot.com
411, rue Perreault Est, R-N J9X 3C5
No d'enregistrement : 210431

**LE CENTRAL**
819 762-3435 | tri-logis.ca
28, rue Gamble Ouest, R-N J9X 2R2
No d'enregistrement : 298701

**LE CHIC URBAIN**
819 762-3435 | tri-logis.ca
155, av. Principale, R-N J9X 4P6
No d'enregistrement : 281120

**LE CITADIN**
819 762-3435 | tri-logis.ca
45-A, rue Perreault Est, R-N J9X 0A5
No d'enregistrement : 281131

**LE CONTEMPORAIN**
819 762-3435 | tri-logis.ca
300, av. Principale, R-N J9X 4R9
No d'enregistrement : 296283

**LE COURT-TOIT**
819 762-3435 | tri-logis.ca
96, av. Horne, R-N J9X 4S3
No d'enregistrement : 302816

Mise à jour - Mai 2024 - selon les informations disponibles - sous réserve de modifications
Updated - May 2024 - based on available information - subject to change without notice

# HÉBERGEMENTS
# *ACCOMODATIONS*



## Campings

| | Prêt à camper *Ready-to-camp* | Emplacement pour motorisés *Campsites for Motorhomes* | Distance du centre-ville *Distance from Downtown* | Km de gravier *Km of Gravel Road* | Restaurant | Dépanneur *Convenience Store* | Eau *Water* (*Eau non potable *non-drinkable water*) | Électricité *Electricity* | Égoût *Sewer* |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **CAMPING AUX PETITS TREMBLES**<br>819 768-3759 3000, rang du Lac Flavrian<br>Quartier Évain, R-N J0Z 1Y1<br>No d'enregistrement : 204562 | | ✓ | 25 km | 7 km | | | ✓ | ✓ | ✓ |
| **CAMPING DOMAINE BAIE-À-L'ORIGNAL**<br>819 290-6908 ▪ domainebaiealorignal.com<br>1471, ch. de la Baie-à-l'Orignal<br>Quartier Montbeillard, R-N J0Z 2X0<br>No d'enregistrement : 201821 (camping) \| 157975 (chalets) | | | 35 km | | | | ✓ | ✓ | ✓ |
| **CAMPING FAMILIAL LAC MARLON**<br>819 763-9325 ▪ campinglacmarlon.com<br>1451, ch. Powell, R-N J9X 5A5<br>No d'enregistrement : 205995 | ✓ | ✓ | 4 km | 3 km | | | ✓* | | ✓ |
| **CAMPING KANASUTA**<br>819 762-3434 ▪ campingkanasuta.com<br>1051, ch. Robert's<br>Quartier Arnt ield, R-N J0Z 1B0<br>No d'enregistrement : 627075 | ✓ | ✓ | 25 km | | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| **CAMPING KINOJÉVIS**<br>819 764-9222 ▪ campingkinojevis.com<br>6570, rang de la Marina<br>Quartier Bellecombe, R-N J0Z 1K0<br>No d'enregistrement : 205516 | ✓ | ✓ | 20 km | | ✓ | | ✓ | ✓ | ✓ |
| **CAMPING LAC NORMAND**<br>819 759-8444<br>8195, av. Larivière<br>Quartier Cadillac, R-N J0Y 1C0<br>No d'enregistrement : 201165 | | ✓ | 41 km | 800 m de sable | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| **CAMPING NATURISTE LES AMIS DE LA NATURE**<br>819 279-4190 ▪ campingadln.com<br>6255, av. Larivière<br>Quartier McWatters, R-N J9X 5C6<br>No d'enregistrement : 216403 | | ✓ | 28 km | 2 km | | | ✓* | | ✓ |
| **CAMPING P. MERCIER INC.**<br>819 637-7027<br>10328, ch. de la Plage-Mercier<br>Quartier Mont-Brun, R-N J0Z 2Y0<br>No d'enregistrement : 204665 | | ✓ | 43 km | 4 km | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| **PARC NATIONAL D'AIGUEBELLE**<br>819 637-7322 ▪ sepaq.com/pq/aig<br>12373, route d'Aiguebelle<br>Quartier Mont-Brun, R-N J0Z 2Y0<br>No d'enregistrement : 204680 (Abijevis) / 206485 (Ojibway) | ✓ | ✓ | 50 km | 3 km pour le Camping du Sablon | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |

Mise à jour - Mai 2024 - selon les informations disponibles - sous réserve de modifications
Updated - May 2024 - based on available information - subject to change without notice

# HÉBERGEMENTS
# *ACCOMODATIONS*



## Chalets ET POURVOIRIES
*COTTAGES AND OUTFITTERS*

## CHALETS
*COTTAGES*

### CHALETS BAIE-SOLITAIRE
819 279-1540
1134, ch. de la Baie-Solitaire
Quartier Rollet, R-N J0Z 3J0
No d'enregistrement : 280140 et 307309

### CHALETS LAC KANASUTA SPAS ET SAUNAS
819 279-1580
chaletslackanasuta.com
1238, ch. Paquet
Quartier Arntfield, R-N J0Z 1B0
No d'enregistrement : 295245 et 280696

### CHALETS LE GRAND HÉRON
819 354-1963
10232, ch. de la Plage-Mercier
Quartier Mont-Brun, R-N J0Z 2Y0
No d'enregistrement : 298196

### CHALET SÉRÉNITY
819 277-3285
chaletsauquebec.com/9482
6202, ch. Charrette
Quartier Granada, R-N J9Y 1G1
No d'enregistrement : 244436

### DOMAINE BAIE-À-L'ORIGNAL
819 290-6908
domainebaiealorignal.com
1471, ch. de la Baie-à-l'Orignal
Quartier Montbeillard, R-N J0Z 2X0
No d'enregistrement : 157975 (chalets) | 201821 (camping)

### DOMAINE BAIE DES PINS
819 763-5742
domainebaiedespins.ca
3449, rang Francœur
Quartier Rollet, R-N J0Z 3J0
No d'enregistrement : 288956 et 298031

### DOMAINE BOURGOIN-FORTIER
514 591-8039
4042, ch. Beauchastel
Quartier Granada, R-N J9Y 1K4
No d'enregistrement : 295294

### DOMAINE OPASATICA
1 888 880-0467
opasatica.com
8390, boul. Rideau
Quartier Montbeillard, R-N J0Z 2X0
No d'enregistrement : 615252

### LES RACINES DU P'TIT ISIDORE INC. (YOURTES ET CHALETS)
819 637-2144
12252, route d'Aiguebelle
Quartier Mont-Brun, R-N J0Z 2Y0
No d'enregistrement : 627610

## POURVOIRIES
*OUTFITTERS*

### POURVOIRIE CAMP DENIS
819 759-3536 (mai à octobre)
campdenis.com
19682, rang du Rapide-Sept, R-N J0Y 1C0
Quartier Cadillac / Réservoir Decelles /
No d'enregistrement : 850600

### POURVOIRIE CAMP JACQUELINE
819 324-8051 (mai à septembre)
3338, chemin Rapide-Sept, R-N J0Y 1C0
Quartier Cadillac / Réservoir Decelles
No d'enregistrement : 850572

### POURVOIRIE DU RAPIDE-SEPT
514 316-4486
rapide-sept.ca
19358, rang du Rapide-Sept, R-N J0Y 1C0
Accès par le quartier Cadillac
No d'enregistrement : 850548

### POURVOIRIE ET MARINA DES TROIS LACS
819 763-0600
1018, ch. Robert's
Quartier Arntfield, R-N J0Z 1B0
No d'enregistrement : 850510

### POURVOIRIE MIKE'S OUTFITTER
819 762-5894
mikesoutfitter.com
Lac Dasserat, Quartier Arntfield, R-N
No d'enregistrement : 850553

Mise à jour - Mai 2024 - selon les informations disponibles - sous réserve de modifications
Updated - May 2024 - based on available information - subject to change without notice

# HÉBERGEMENTS
# *ACCOMODATIONS*



## STATIONNEMENT POUR VR *VR PARKING*

**NOUVEL EMPLACEMENT POUR L'ÉTÉ 2024**

Rendez-vous à la Place Edmund-Horne, chemin de la Grande-Place (passer devant le chalet de tennis situé au 12, avenue Murdoch) dans le quartier du Vieux-Noranda.

IMPORTANT: Le stationnement VR de la plage Kiwanis (coin boulevard Rideau et 15e Rue) est **FERMÉ** pour travaux majeurs.

Ouverture à la mi-mai et fermeture début octobre

Nombre de sites : 10 (sites réservés exclusivement aux véhicules récréatifs. Autres usages interdits).

Tarifs : 17 $ / jour (paiement à la boîte à l'entrée du stationnement, mettre dans une dans une enveloppe)

Maximum de 3 jours

Pas d'eau, ni électricité, ni égout

Pas de réservation. Premier arrivé, premier servi.

24 h \ 24 h



**NEW LOCATION FOR SUMMER 2024**

Place Edmund-Horne, chemin de la Grande-Place (in front of the tennis clubhouse at 12, avenue Murdoch) in the Vieux-Noranda district.

IMPORTANT: The RV parking lot at Kiwanis Beach (corner of Rideau Blvd. and 15e Rue) is CLOSED for major renovations.

Opens mid-May and closes early October

Number of sites: 10 (Sites reserved exclusively for recreational vehicles. Other uses prohibited).

Rates: $17 / day (payment at the box at the entrance of the parking lot, please put in an envelope)

Maximum of 3 days

No water, electricity or sewage.

No reservations. First come, first served.

24 h \ 24 h

Mise à jour - Mai 2024 - selon les informations disponibles - sous réserve de modifications
Updated - May 2024 - based on available information - subject to change without notice

# HÉBERGEMENTS
# *ACCOMODATIONS*



## SITES DE VIDANGE
## *TRAILER DUMP STATIONS*

Ouverture des services à la mi-mai et
fermeture à la mi-octobre

*Site réservé exclusivement aux véhicules récréatifs.
Autres usages interdits.

**410, boulevard Rideau** : vidange égout et eau potable

**1675, avenue Larivière** (Bureau d'information touristique) : vidange égout et eau potable **Rue de Cadillac**

(devant le Parc de l'Énergie) : vidange égout et eau potable

---

Opening of services in mid-May and
closing in mid-October

*Sites reserved exclusively for recreational vehicles.
Other uses prohibited.

**410 Rideau Boulevard** : sewer and water disposal

**1675 Larivière Avenue** (Tourist Information Office) : sewer and drinking water disposal

**Cadillac Street** (in front of the Energy Park) : sewer and water pumping

---

Pour plus d'information sur les hébergements
*For more infos about accommodations*

Mise à jour - Mai 2024 - selon les informations disponibles - sous réserve de modifications
Updated - May 2024 - based on available information - subject to change without notice

# Restaurants et bars AND BARS

TOURISME ROUYN-NORANDA

| SECTEUR VIEUX-NORANDA | Déjeuner *Breakfast* | Dîner *Lunch* | Souper *Dinner* | Bar | Réservation pour grand groupe *group reservation* |
|---|---|---|---|---|---|
| **BROUE PUB LA PERDRIX**<br>819 917-6475<br>205, av. Carter, R-N J9X 1S7 | ✓ jeudi au dimanche | ✓ jeudi et vendredi | ✓ jeudi au samedi | ✓ | |
| **CHEZ MORASSE**<br>819 762-6666 • chezmorasse.com<br>110, 9e Rue, R-N J9X 2B6 | ✓ | ✓ | ✓ | | |
| **CABARET DE LA DERNIÈRE CHANCE**<br>819 762-9222<br>146, 8e Rue, R-N J9X 2A6 | | | | ✓ mercredi au dimanche | |
| **LE CELLIER - resto / bar à vin**<br>819 762-2341 #3 • lenoranda.com/restaurant<br>41, 6e Rue, R-N J9X 1Y8 | ✓ | ✓ en semaine | ✓ | ✓ | ✓ |
| **LIVRESSE BAR-LIBRAIRIE**<br>819 880-0665 • librairie@livresse.quebec<br>230, avenue Carter, R-N J9X 2B6 | | | | ✓ mardi au samedi | |

| SECTEUR CENTRE-VILLE | Déjeuner *Breakfast* | Dîner *Lunch* | Souper *Dinner* | Bar | Réservation pour grand groupe *group reservation* |
|---|---|---|---|---|---|
| **BOSTON PIZZA ROUYN-NORANDA**<br>819 797-0086 • bostonpizza.com<br>152, av. Principale, R-N J9X 4P7 | | ✓ mardi au samedi | ✓ | ✓ | ✓ |
| **CAFÉ-BAR L'ABSTRACTO**<br>819 762-8840<br>144, rue Perreault Est, R-N J9X 3C4 | | ✓ en semaine | grignotines fermé dimanche | ✓ fermé dimanche | |
| **DEUXPARQUATRE, PUB BRUT**<br>819 797-2119 • deuxparquatrepubbrut.com<br>48, rue Perreault Est, R-N J9X 3C2 | | | ✓ | ✓ | |
| **HABANEROS GRILL MEXICAIN**<br>819 762-8226 • habanerosgrill.ca<br>76, av. Principale, R-N J9X 4P2 | | ✓ | ✓ | | |
| **HORIZON THAÏ**<br>819 762-4060 • horizonthai.ca<br>108, av. Principale, R-N J9X 4P2 | | ✓ en semaine | ✓ | | |
| **KAYZEN COMPTOIR ASIAT**<br>819 797-2742 • kayzenasiat.com<br>139, av. Principale, R-N J9X 4P3 | | ✓ | ✓ | | |
| **LE CACHOTTIER BISTRO-BAR**<br>**LE GISEMENT BISTRO-CHOCOLATERIE**<br>Une même adresse !<br>819 762-3551 • lecachottier.com • gisement.ca<br>143, av. Principale, R-N J9X 4P3 | | ✓ fermé lundi | ✓ fermé lundi | ✓ fermé lundi | ✓ |
| **LE SAINT-EXUPÉRY**<br>819 797-4867 • lestexupery.com<br>35, rue Perreault Est, R-N J9X 3C1 | ✓ Mercredi au dimanche | ✓ Mercredi au dimanche | | | |

*** Nous vous recommandons de vérifier les heures d'ouverture et de réserver une table avant votre visite. ***
We recommend that you check the opening hours and reserve a table before your visit.

tourismerouyn-noranda.ca
1 888 797-3195

| SECTEUR CENTRE-VILLE | Déjeuner *Breakfast* | Dîner *Lunch* | Souper *Dinner* | Bar | Réservation pour grand groupe *group reservation* |
|---|---|---|---|---|---|
| **LE ST-HONORÉ**<br>819 764-9909 • lesthonore.com<br>92, rue Perreault Est, R-N J9X 3C2 | boulangerie-sandwicherie ✓ fermé dimanche | ✓ fermé dimanche | | | |
| **LE TRÈFLE NOIR, BRASSERIE ARTISANALE**<br>819 762-6611 • letreflenoir.com<br>145, av. Principale, R-N J9X 4P3 | | | | ✓ fermé dimanche | |
| **MOULIN NOIR STEAKHOUSE**<br>819 797-8778 • moulinnoirsteakhouse.com<br>45, av. Dallaire, R-N J9X 4S8 | | ✓ mardi au vendredi | ✓ mardi au samedi | | ✓ |
| **OLIVE ET BASIL**<br>819 797-6655 • oliveetbasil.com<br>164, rue Perreault Est, R-N J9X 3C3 | ✓ mercredi au vendredi | ✓ lundi au vendredi | ✓ mardi au samedi | | |
| **PIZZÉ \| MANGER BOIRE**<br>819 797-4461 • pizzemangerboire.com<br>122, av. Principale, R-N J9X 4P2 | | ✓ lundi au samedi | ✓ | | ✓ |
| **POLONAIS COCKTAIL BAR**<br>819 797-4461<br>124, av. Principale, R-N J9X 4P2 | | | | ✓ jeudi au samedi | |
| **TOUJOURS MIKES**<br>819 762-2393 • toujoursmikes.ca<br>4, rue Perreault Est, R-N J9X 3C2 | | ✓ | ✓ | | ✓ |

| AUTRES SECTEURS | Déjeuner *Breakfast* | Dîner *Lunch* | Souper *Dinner* | Bar | Réservation pour grand groupe *group booking* |
|---|---|---|---|---|---|
| **ALLÔ MON COCO**<br>819 797-0087<br>4, 15e Rue, R-N J9X 2J8 | ✓ | ✓ | | | |
| **GOÛT GUEULE PUB GASTRONOMIQUE**<br>819 797-6000 • pubgoutgueule.com<br>471, av. Lariviere, R-N J9X 4H9 | | ✓ mercredi au vendredi | ✓ mardi au samedi | | |
| **LA CAGE - BRASSERIE SPORTIVE**<br>819 764-2243 • cage.ca/rouyn-noranda<br>258, boul. Rideau R-N J9X 1P1 | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| **ST-HUBERT**<br>819-797-2151 • st-hubert.com<br>60, av. Québec, R-N J9X 6P9 | | ✓ lundi au samedi | ✓ mardi au dimanche | ✓ | ✓ |




*** Nous vous recommandons de vérifier les heures d'ouverture et de réserver une table avant votre visite. ***
*We recommend that you check the opening hours and reserve a table before your visit.*

tourismerouyn-noranda.ca
1 888 797-3195

MÀJ: 16-04-2024

# TOURISME
# *TOURISM*



Photo : Touirsme Rouyn-Noranda

**Bureau d'information touristique**
***Tourist information office***

1675, avenue Larivière
Rouyn-Noranda (Québec)
J9Y 0G6

1 888 797-3195
tourisme@cldrn.ca

**Heures d'ouverture**
Du lundi 17 juin au lundi 2 septembre 2024
Lundi au vendredi de 9 h à 16 h 30
Samedi de 9 h à 12 h 30 et de 13 h à 16 h 30
Dimanche de 11 h à 16 h

**Business hours**
*Monday, June 17 to Monday, September 2, 2024*
*Monday to Friday, 9 a.m. to 4:30 p.m.*
*Saturday, 9 a.m. to 12:30 p.m. and 1 p.m. to 4:30 p.m.*
*Sunday, 11 a.m. to 4 p.m.*

**Permis pour touristes**
Vous êtes de passage à Rouyn-Noranda? Sachez que vous pouvez stationner votre véhicule sans frais durant une partie de votre séjour. Informez-vous auprès de l'équipe du Bureau d'information touristique pour connaître les détails entourant le Permis de stationnement gratuit 3 jours pour les visiteurs de l'extérieur de Rouyn-Noranda (sous certaines conditions).

***Free Permits for Tourists***
*You are visiting Rouyn-Noranda? You can park your car free of charge for part of your stay. Ask the team at the Tourist Information Office for details about the 3-day free parking pass for visitors from outside Rouyn-Noranda (subject to certain conditions).*

TOURISME ROUYN-NORANDA

DOUCE Rebelle ROUYN-NORANDA

**QUOI FAIRE À ROUYN-NORANDA ?**
**WHAT TO DO IN ROUYN-NORANDA ?**
**VISITE / VISIT**

**WWW.TOURISMEROUYN-NORANDA.CA**

# TOURISME
# *TOURISM*



Photo : Touirsme Rouyn-Noranda

## KIOSQUE TOURISME ROUYN-NORANDA AU CÉGEP DE L'ABITIBI-TÉMISCAMINGUE

Venez rencontrer nos conseillers en séjour qui se déplaceront directement sur le lieu de compétition durant la compétition !

**Services offerts :**

- Conseils touristiques
- Cartes et guides touristiques
- Possibilité de vous procurer un permis de stationnement pour les visiteurs de l'extérieur de Rouyn-Noranda (sous certaines conditions).

**Vendredi 12 juillet : 11 h à 15 h**
**Samedi 13 juillet : 9 h à 13 h 30**

## Tourisme Rouyn-Noranda booth at Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue

*Come and meet our travel consultants, who will be on site during the competition!*

***Services offered :***

- *Tourist advice*
- *Maps and tourist guides*
- *Parking permits available for visitors from outside Rouyn-Noranda (under certain conditions).*

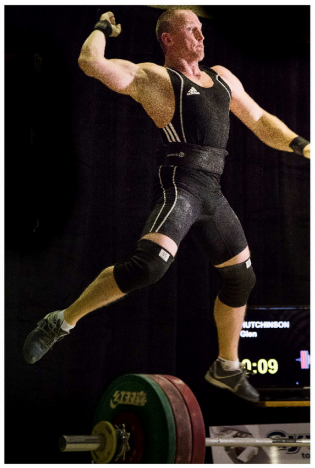
***Friday, July 12: 11 a.m. to 3 p.m.***
***Saturday, July 13: 9 a.m. to 1:30 p.m.***

## PARTENAIRES ET COMMANDITAIRES
## *PARTNERS & SPONSORS*

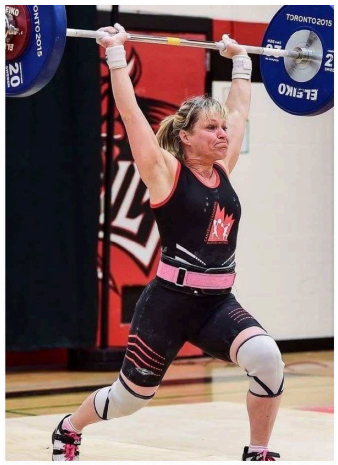
# Championnats Canadiens Masters

Ville de Rouyn-Noranda
Cégep de l'Abitibi-Témiscamingue
harmonia assurance
FONDERIE HORNE GLENCORE
Daniel BERNARD Député de Rouyn-Noranda–Témiscamingue
Onibi
Desjardins

HALTÉROPHILIE 2024 WEIGHTLIFTING
Championnats CANADIENS MAÎTRES
CANADIAN MASTERS Championships
ROUYN-NORANDA



Raymond Chabot Grant Thornton
Thibault Chevrolet Cadillac Buick GMC
Promo Lettrage Marketing
CLD Centre local de développement Rouyn-Noranda
Espace Entrepreneuriat collectif AT




## Au Cégep de Rouyn-Noranda

Pavillon d'éducation physique

Vendredi le 12 juillet de 11:00 à 17:30

Samedi le 13 juillet de 9:30 à 18:30

Dimanche le 14 juillet de 9:30 à 16:30

**Entrée gratuite**

FHQ
HÉRACLÈS
Weightlifting Canada Haltérophilie Masters WCHM