Masters Swimming
Maîtres Nageurs
CANADA

BULLETIN PRINTEMPS 2019

MOT DU PRÉSIDENT

Chers nageurs,

Maîtres Nageurs Canada a beaucoup progressé pour apporter une valeur ajoutée aux membres. Je tiens à remercier notre conseil d'administration et notre directeur exécutif, Doug Hannum, le personnel et les bénévoles.

Nous avons concentré nos efforts afin d'améliorer nos communications avec vous, établir notre présence en tant que porte-parole des maîtres nageurs avec nos partenariats (en développant les partenariats existants et en en créant de nouveaux) et créer un environnement sécuritaire et ludique pour tous en étant vigilants grâce à un arbitrage uniforme et de qualité. Ces efforts comprennent également le nouveau module d'entraînement conçu spécialement pour les besoins uniques et variés des maîtres nageurs. Nous sommes inclusifs et nous avons l'intention de rester à l'affût des changements qui se présentent.

Vous verrez plusieurs de nos initiatives dans ce bulletin et nous sommes toujours heureux de vous entendre.

Meilleurs vœux,

RALPH M. ADES
Président,
Maîtres Nageurs Canada

MOT DU DIRECTEUR EXÉCUTIF

Quelle période excitante pour les nageurs! Le printemps marque la période à laquelle vous êtes au sommet de la forme pour les championnats provinciaux ou nationaux. Ce bulletin présente plusieurs annonces importantes, incluant le lancement de notre nouvelle page d'eau libre et un nouveau programme.

Vous trouverez des articles du club hôte des Nationaux, de nos partenaires et un rappel concernant notre nouveau programme d'entraînement. Nous restons dévoués envers nos nageurs avec le développement continu des programmes et services pour tous.

Nous apprécions le soutien de nos partenaires et de nos membres. N'hésitez pas à me contacter directement pour vos questions ou commentaires.

Profitez de cette édition de notre bulletin et nagez bien!

DOUG HANNUM
Directeur Exécutif,
Maîtres Nageurs Canada

doughannum@masterswimming.ca

BULLETIN PRINTEMPS 2019

NATIONAUX 2019

Bonjour et bienvenue à Montréal!

Le club de natation de Montréal-Nord, en partenariat avec la Ville de Montréal, vous accueille cette année à Montréal pour l'édition 2019 des Championnats canadiens des maîtres nageurs. Du 24 au 26 mai, à la piscine du complexe sportif Claude-Robillard, nous vous attendons de tous les coins de la planète.

Du nouveau cette année, un 25 m libre! C'est une épreuve gratuite et nous avons très hâte de couronner les femmes et les hommes les plus vites!

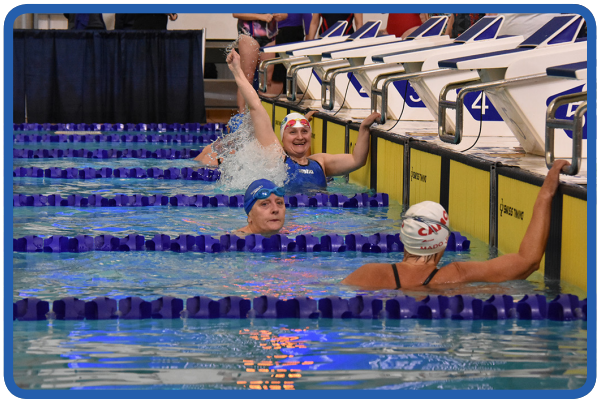
Les places sont limitées cette année, alors n'attendez pas pour vous inscrire! Suivez en direct le décompte sur le site de MNC!

Au plaisir de vous croiser sur le bord de la piscine.

NATHALIE SAUVAGEAU
Comité organisateur

championnatcanadienmn2019@gmail.com
C: 514.755.1357

Aimer notre page Facebook :
Championnat canadien des maitres-nageurs 2019



BULLETIN PRINTEMPS 2019

NOUVELLE PAGE D'EAU LIBRE ET NOUVEAUX PROGRAMMES

La natation en eau libre devient de plus en plus populaire. Nous sommes heureux d'annoncer le lancement de la nouvelle page d'eau libre sur notre site : **CLIQUEZ ICI >**

Voici plus de détails :

- Nouveaux plans d'entraînement pour les nageurs en eau libre
- Le défi 40 heures, conçu spécialement pour les nageurs en eau libre
- Des renseignements sur les championnats nationaux, qui sont organisés en collaboration avec notre partenaire, the Global Swim Series
- Notre nouveau partenaire, Speedo, offrira des prix mensuels aux participants du programme

Allez-y et dites-nous ce que vous en pensez!

Masters Swimming CANADA
OPEN WATER NATIONAL CHAMPIONSHIPS

LA LOST RACE

Nous sommes heureux d'annoncer que la LOST RACE sera une fois encore l'hôte des championnats canadiens en eau libre de MNC!

Le 17 août 2019, la Lake Ontario Swim Team (LOST Swimming) organisera la 12e édition de la LOST Race (3,8 km) et du LOST Mile. Cette course en eau libre, à l'origine de la Global Swim Series, est très appréciée des participants.

La course de 3,8 km est une course linéaire le long des rives du lac Ontario à Oakville. Fait intéressant, les nageurs ont l'occasion de nager à travers certaines des plus belles propriétés d'Amérique du Nord; assurez-vous de respirer du bon côté pour les admirer! Au cours des 12 dernières années, les conditions de l'eau ont généralement été très confortables, avec des eaux calmes et autour de 70 °F/21 °C. Il faut cependant souligner qu'il s'agit d'une course en eau libre et qu'il est arrivé que l'eau soit plus froide, mais cela fait partie de l'aventure.

En plus de participer à l'une des courses préférées des participants, vous aurez la chance de vous mesurer à une centaine d'autres nageurs, incluant des Olympiens, des nageurs de la NCAA et du SIC, des nageurs de distances accomplis, des maîtres nageurs et de nombreux triathlètes ayant complété des courses Ironman. La majorité des nageurs sont cependant des débutants ou des nageurs intermédiaires qui désirent se mettre au défi et vivre l'aventure de cette compétition. Les médailles et les cadeaux ne sont qu'un plus!

Si vous voulez vous entraîner en eau libre et tâter le terrain et le lac Ontario, vous pouvez vous inscrire aux entraînements du samedi matin au **LOSTswimming.com.**

Pour plus d'information et pour vous inscrire, **CLIQUEZ ICI >**

Masters Swimming
Maîtres Nageurs
CANADA

BULLETIN
PRINTEMPS 2019

DATES À RETENIR

CHAMPIONNATS PROVINCIAUX

BRITISH COLUMBIA
April 12-14, 2019 - Victoria

ONTARIO
April 26-28, 2019 - Etobicoke

QUEBEC
April 26-28, 2019 - Côte St-Luc

NOUVELLE MARCHANDISE À VENDRE

Regardez le nouveau manteau souple noir avec panneaux contrastants rouges. Disponible pour homme et pour femme.

Nous avons reçu de nombreuses demandes concernant les chandails à manches longues et les avons ajoutés à notre gamme de vêtements, en noir pour les hommes et gris charbon pour les femmes.

Tous nos produits sont en vente lors du championnat provincial de l'Ontario et du championnat national. Vous pouvez également cliquer ici pour voir notre boutique en ligne. La livraison est gratuite pour les commandes de plus de 100$.

CLIQUEZ ICI >

ENTRAÎNEMENT

Maîtres Nageurs Canada est très heureux de lancer ce nouveau module d'entraînement des maîtres. Merci à notre partenaire, Natation Canada, pour leur soutien.

Voici comment suivre le module :

1. Demandez au registraire de votre club de vous inscrire en tant qu'entraîneur. Il s'occupera de vous inscrire en tant qu'entraîneur au RTR de Natation Canada
2. Vous devrez compléter toutes les étapes exigées par votre OPS
3. Vous (ou votre club) devrez payer les frais associés à l'inscription comme entraîneur
4. Pour avoir accès au module en ligne, allez au https://edu.swimming.ca
   - Les entraîneurs inscrits doivent cliquer sur le bouton « Se connecter » et utiliser les informations de connexion de Natation Canada
   - Les nouveaux entraîneurs peuvent s'inscrire sur le site en cliquant sur le bouton « Coach signup »
5. Une fois connecté, cliquez sur l'onglet « Statut » et descendez jusqu'à la section d'apprentissage en ligne
6. Inscrivez-vous au module d'apprentissage en ligne
   - Les entraîneurs peuvent quitter le module et y revenir à tout moment, mais il doit être complété sur le même appareil
7. Veuillez noter que l'inscription à ce module entraîne des frais de 75 $, payables à Maîtres Nageurs Canada

Pour toute question concernant le paiement du module, veuillez nous écrire à office@mastersswimming.ca.

Pour vos commentaires et suggestions concernant le module, veuillez écrire à Noseducation@swimming.ca.

BULLETIN PRINTEMPS 2019

NOS PARTENARIATS

MULTIMAX MARKETING

Maîtres Nageurs Canada s'est associé à Multimax Marketing afin d'offrir des prix réduits sur les marchandises. Ils peuvent travailler avec vous afin de concevoir des vêtements en tout genre pour votre club.

Allez au www.multimaxmarketing.com pour plus de renseignements sur leurs produits. Veuillez contacter Erv Brewda á erv@multimaxmarketing.com pour toute question, il se fera un plaisir de vous répondre.

TRIATHLON BC

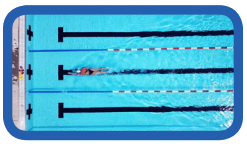
Triathlon BC est l'organe directeur provincial multisport en Colombie-Britannique responsable de l'avancement des athlètes du niveau communautaire aux podiums nationaux. Plus de 3000 membres annuels et 20 000 membres d'un jour participent à plus de 60 compétitions sanctionnées par année, incluant des occasions de se qualifier pour les championnats du monde groupe d'âge.

En plus du développement des athlètes, Triathlon BC est reconnu comme un leader en développement des officiels et des entraîneurs au Canada. Pour en savoir plus sur les opportunités offertes en Colombie-Britannique en tant que participant, athlète de haut niveau en devenir, entraîneur ou officiel, visitez le www.tribc.org.

Pour soutenir le développement du triathlon en Colombie-Britannique, qualifiez-vous pour représenter le Canada aux championnats du monde groupe d'âge ou participez à une compétition locale. Les membres de Maîtres Nageurs Canada peuvent profiter d'un rabais de 10 % sur leur adhésion annuelle. Utilisez le code MSC201902 lors de votre inscription.

Veuillez noter que le rabais sera applicable aux 100 premières inscriptions d'ici le 1er juillet.

MYSWIMPRO



GUIDE EN 5 ÉTAPES POUR UN VIRAGE PARFAIT

Nos collègues chez MySwimPro ont créé le guide ultime pour des virages parfaits.
Améliorez votre technique et obtenez plus de puissance aux murs avec ces conseils et exercices.
VOIR LE GUIDE >

20 % DE RABAIS MYSWIMPRO

Vous cherchez des entraînements en piscine? Commencez votre plan d'entraînement personnel et obtenez des entraînements, des exercices, des vidéos sur les techniques et des analyses avec l'application MySwimPro! Disponible sur iPhone, Android et la plupart des montres intelligentes. Obtenez 20 % de rabais pour un abonnement Elite avec le code CANADAMASTERS20. Échangez votre code au www.myswimpro.com/elite.
MySwimPro est le partenaire officiel de technologie d'entraînement de Maîtres Nageurs Canada.
ÉCHANGEZ VOTRE CODE >

CLIF BAR

BARRE NUTRITIVE OFFICIELLE DE MAÎTRES NAGEURS CANADA

All Tides
25% DE RABAIS
sur votre prochain achat*
CODE PROMO :
MASTERS25
ALLTIDES.COM
all_tides
All Tides
* Valide jusqu'au 30 juin 2019,
sur la marchandise à prix réguliers seulement.

speedo

Fastskin

LZR PURE INTENT

#MadeForFastskin

THE NEXT GENERATION OF FAST

KYLIE MASSE
OLYMPIC MEDALIST
WORLD CHAMPION

Developed by Speedo Aquablade

Fina APPROVED

Speedo and ≻ are registered trademarks of and used under license from Speedo International Limited.

TRI SWIM

Chlorine | Salt Water Out Hair & Skin Care

QUI L'EÛT CRU?

HYGIÈNE AVANT ET APRÈS LA NAGE

POURQUOI Y A-T-IL DU CHLORE DANS L'EAU?

Le chlore est un moyen efficace d'éviter la propagation de bactéries et de maladies dans l'eau. Le chlore se retrouve également dans l'eau du robinet. Grâce à ses propriétés, il est utilisé dans les piscines et spas privés et publics, dans les centres d'entraînement et dans les parcs aquatiques.

POURQUOI LE CHLORE EST-IL SI DIFFICILE À ENLEVER?

Une réaction chimique lie le chlore à la peau et aux cheveux, ce qui rend impossible la tâche de le nettoyer avec les savons et shampoings réguliers; c'est pourquoi vous continuez à sentir le chlore après vous être lavés.

LE CHLORE IRRITE LA PEAU ET LES CHEVEUX!

Non seulement son odeur est déplaisante, mais en restant sur la peau et les cheveux, le chlore et très asséchant et irritant. Vous vous retrouvez alors avec une peau sèche et qui démange et des cheveux emmêlés.

POURQUOI LES SAVONS ET SHAMPOINGS RÉGULIERS NE SONT-ILS PAS SUFFISANTS?

Les savons, shampoings et gels de douche ordinaires sont incapables de nettoyer efficacement le chlore de la peau et des cheveux, car ils ne sont pas conçus pour le faire. Les savons et shampoings réguliers sont parfaits pour nettoyer les huiles et la saleté, mais inefficaces pour briser le lien puissant du chlore avec la peau et les cheveux et ainsi le neutraliser.

SOLUTION : SOINS DU CORPS ET DES CHEVEUX TRISWIM

- Les produits de soins après-baignade TRISWIM neutralisent le chlore et l'eau salée.
- TRISWIM nettoie, répare, fortifie et hydrate la peau et les cheveux.
- TRISWIM soulage la peau sèche et craquée et les cheveux secs.
- TRISWIM offre une gamme complète de produits pour la peau et les cheveux : shampoing, revitalisant, nettoyant pour le corps et crème hydratante.
- TRISWIM sent bon et convient aux enfants comme aux adultes.
- Pour une peau et des cheveux plus sains, utilisez TRISWIM quotidiennement (même lorsque vous ne nagez pas).

Obtenez un rabais de 20 % **CLIQUEZ ICI >**

CODE : TRISWIM20MSC