

SAVIEZ-VOUS QUE ...

- Les nageurs qui participent à La Grande Nage Portneuf Savoura font, avec la dérive due au courant, une distance de près de 7 kilomètres.
- Les distances habituelles sur le circuit canadien sont les 500m, 1km, 2km, 5km, 10km, 25 km, 32km, et 34km, et peuvent aller jusqu'à 88 km au niveau international.
- Les nageurs ne peuvent nager dans une eau sous les 16°C (60°F).
- Certains nageurs d'eau libre de longue distance s'entraînent plus de 50.000km par année.
- Les nageurs font en moyenne entre 3600 et 4800 coups de bras à l'heure.
- La natation est un des sports les plus pratiqués au monde.
- Les nageurs s'enduisent de « Vaseline », de crème de bébé ou d'une crème mélange maison, pour réduire les effets du froid.
- De nombreux nageurs qui abandonnent, lors de compétitions de longues distances en eau libre, le font pour des problèmes à la vessie dus au froid.
- Il y a des compétitions en eau libre dans presque tous les pays du monde.
- Un nageur n'a pas le droit de toucher à l'embarcation qui l'accompagne.
- La compétition de **La Grande Nage Portneuf Savoura** est le seul événement en eau libre de la région de Québec.
- La natation en eau libre sera reconnue comme discipline officielle aux Jeux olympiques de Beijing en Chine en 2008.
- Il y a 13 clubs de natation dans la région Québec et Chaudière-Appalaches, dont un à Pont Rouge et un à Saint-Marc-des-Carières regroupés sous le nom de « UNIK ».

MERCI À NOS PARTENAIRES

PATRICK DUFOUR TÉLÉCOM – ÉDITECHNIQUE INC. – ENTREPRISES E.M.I.

Atmosphère / Sports Experts Trois-Rivières - ACMAT Cap-Santé – Association de natation Québec-Chaudière-Appalaches – Cantine mobile Portneuf ouest – Centre de Carrosserie Cardeck – Centre FormAction – Frenette et frères – Pneus Faucher inc. – Garde-côtière – Marina de Portneuf



PROGRAMME

Samedi, le 23 août 2008

Parc récréonautique de Ville de Portneuf

Autoroute 40 – sortie 261

www.grandenageportneuf.qc.ca



Raymond Francoeur
Député de Portneuf



ÉPREUVE du 1 KM – BOUCLE - Départ à 12h00
Remise des médailles vers 13h00

1 km	Espoir (12-14) HOMMES		BLANC	Âge
01 Grandmont	Olivier	Rouge et Or		12,8
05 Grondin	Thomas	MÉGOPHIAS T		13,1
03 Proulx-Huapaya	Charles-Olivier	CAMO		14,9
1 km	Espoir (12-14) DAMES		ROSE	Âge
02 Beaudin-Bolduc	Coralie	Rouge et Or		13,7
04 Richard	Claudie	CSQ		13,8
06 Trudel	Annie-Pier	CAC		
1 km	Relève (15-18) DAMES		ROSE	Âge
10 Guay	Audrey-Anne	CSQ		17,3
12 Guay	Laurie-Maude	CSQ		15,0
14 Marcotte	Sophie	CSQ		17,0
1 km	Sénior (19+) HOMMES		BLANC	Âge
21 Belzile	Claude	Club Aqua. Ch		43,0
31 Cantin	Jocelyn	---		52,4
23 Dallaire	Jean-Francois	UNIK Pont-Rou		39,6
25 Goulet	Christian	---		30,4
29 Grondin	Luc	MÉGOPHIAS T		48,6
27 Sonier	Denis			69,7
1 km	Sénior (19+) DAMES		ROSE	Âge
20 Desrosiers	Ingrid	---		34,3
22 Grondin	Claire	MÉGOPHIAS T		50,4
24 Héroux	Chantale	UNIK Pont-Rou		40,3
26 Moreau	Jocelyne	UNIK-maître		42,3
28 Paquet	Geneviève	UNIK		29,7
30 Senneville	Jacinthe	UNIK		45,9

ÉPREUVE du 5 KM – TRAVERSÉE - Départ à 12h40
Remise des médailles vers 14h15

Traversée Relève (14-18) HOMMES ORANGE				Âge
51	Genois	Alexandre	---	18,4
53	Hodgson	Olivier	CAC	18,4
Traversée Relève (14-18) DAMES JAUNE				Âge
52	Dusablon	Jade	CSQ	14,6
54	Trudel	Virginie	CAC	14,6
Traversée Sénior (19+) HOMMES ORANGE				Âge
61	Bérubé	Louis	---	48,1
63	Boisvert	Paul	MACC	46,3
65	Breault	Christopher	---	36,5
67	Cantin	Jocelyn	---	52,4
69	Rosier	Benoit	STH	35,7
71	Thibodeau	Paul	CMSF	45,3
73	Thomas	Stéphane	Neptune St-Jér	45,8
Traversée Sénior (19+) DAMES JAUNE				Âge
62	Nolin	Cynthia	Pont-Rouge	29,3
64	Thibault	Nancy	Ste-Foy Maître	29,0