

# CLUB DE CANOT RABASKA

Le club Rabaska est un groupe dynamique, organisé et basé sur des gens généreux de leur temps, toujours prêts à partager leur passion du canot et du plein-air.

En tant que canoteur et amateur de la nature, nous vous invitons à rejoindre Rabaska pour profiter de tous les avantages: suivre des formations variées, rejoindre des expéditions avec des gens aguerris et descendre des rivières sportives de tous les niveaux tout en mettant la sécurité à l'avant plan.

Vous voulez donner des formations, vous serez même payés pour le faire!



Le club Rabaska est aussi actif l'hiver avec des sorties sportives et plein-air de toutes sortes.

Nous avons un calendrier interactif pour programmer les sorties directement sur notre site Web. Vous serez aussi avisé par courriel dès qu'une nouvelle sortie est planifiée sur notre calendrier. Vous êtes sûr de ne rien manquer!

## Soirées d'information

Soirées information pour nouveaux membres

3 ou 9 mai

Soirée des expéditions

22 mars à 19h-21h

Centre communautaire Noël-Brulart,  
1229, Avenue du Chanoine-Morel,  
Québec, G1S 4B1

## Formations de base

Duo 1 Eau calme

Deux samedis 20 et 27 mai chez Canots Légaré

Duo 1 Eau vive

3-4 juin Vallée Jacques-Cartier (40 personnes max)

17-18 juin Rivière aux Écorces (8 personnes max)

Initiation Solo

3-4 juin Vallée Jacques-Cartier

## Formations avancées:

Formation esquimautage et pratique libre  
19 et 26 mars en soirée au CÉGEP Ste-Foy  
Perfectionnement Solo  
3-4 juin Vallée Jacques-Cartier  
Canot expédition (manœuvres avec canot chargé)  
17-18 juin Rivière aux Écorces  
Sauvetage en eau vive  
11-12-13 août Vallée Jacques-Cartier  
Nage en rivière\*  
Solo 3 Eau vive\*  
Duo 3 Eau vive\*

*\*dates à confirmer*

## Autres formations à confirmer selon demande

Premier soin en région éloignée\*  
Duo 3 Eau calme\*  
Encadrement en rivière\*  
Solo 4 Eau vive\*

*\*dates à confirmer*

## Tarif pour devenir membre (1 an)

Tarif spécial 65\$ jusqu'au 1er avril (ou paiement lors des soirées d'information)  
Tarif régulier 75\$

## Info supplémentaire

[formation@rabaska.qc.ca](mailto:formation@rabaska.qc.ca)

[www.rabaska.qc.ca](http://www.rabaska.qc.ca)

<https://www.facebook.com/groups/272517158522/>

**SVP FAIRE CIRCULER!!**

**EAU PLAISIR!!**