



VOTRE JOURNAL
RIMOUSKOIS

cahier Sport

Le centre sportif de Rimouski est vendu

Amateurs de raquetball et de wallyball, voilà une nouvelle qui vous réjouira au plus haut point! Le Centre sportif de Rimouski rouvrira ses portes demain, mercredi, à 16h00.

HUGUES ALBERT

En effet, après de longs mois de tractations entre

divers groupes d'hommes d'affaires rimouskois et la Société d'entraide économique de Rimouski, on en est finalement venu à une entente lundi matin et c'est ainsi que cet immeuble ayant pignon sur la deuxième rue ouest est devenu propriété de MM. Marcel Marquis, Pierre Blouin et Roland Turcotte moyennant une somme approximative de 300 000\$.

Le premier geste que poseront les trois nouveaux propriétaires du Centre

sportif sera de redonner accès au grand public à tout l'équipement dont il peut actuellement profiter, ce à des coûts raisonnables. On croit savoir que le prix de la carte de membre se situera aux environs de 100\$ pour les travailleurs. La tarification complète sera établie sous peu.

Quant aux projets de réaménagement à l'intérieur de la bâtisse, ils se feront graduellement. Le centre Nautilus figure toujours

parmi les nouveaux services qu'on veut offrir à la population et il est question également de curling. Il apparaît à cet effet que le Club de curling de Rimouski serait vivement intéressé à s'associer au Centre sportif afin d'y aménager tout l'équipement nécessaire à la pratique de ce sport.

On sait que le Club sportif de Rimouski avait fermé ses portes le 31 mai dernier à la fin d'un bail qui durait depuis le 11 octobre 1983.

H.A.

Deux médailles d'or de plus au club de patinage artistique de Rimouski

Plusieurs patineurs rimouskois ont vu leurs efforts couronnés de succès à la fin des écoles estivales de Mont-Joli et Brossard en 1984.

Nathalie Turgeon a obtenu une médaille d'or en style libre. Elle est la cinquième à mériter cet honneur. Pour sa part, Chantal Otis a terminé les tests de danse en réussissant le Quickstep, lui procurant ainsi une médaille d'or.

Eric et Nancy Vézina ont par ailleurs réussi leurs

tests de variations en danse ce qui leur permettra de participer à des compétitions. C'est le deuxième couple de l'Est du Québec à obtenir un aussi bon résultat.

Plusieurs autres patineurs et patineuses ont réussi d'autres tests tout aussi importants.

Ce sont Nathalie Pelletier en style libre (junior argent); Geneviève Gagnon et Marie-Claude Lepage en figures (test préliminaire), Claire St-Laurent (1er test), Chantal Proulx (3e test), Julie Beaulieu (5e test) et Nathalie Turgeon (6e test).

En danse, les tests réussis l'ont été par Julie Dechamplain (Dutch), Marie-Claude Lepage (Dutch, Canasta), Geneviève Lagacé (Canasta, Swing), Hélène-Stéphanie St-Laurent (Fiesta), Sonia Lebel et Léo Soucy (Willow), Claire B. St-Laurent et Florence Gagnon (Fourteen Step), Judith St-Pierre (Américaine, Rocker), Eric Vézina (Américaine, Starlight), Isabelle Deschênes (Américaine, Rocker), Céline Brunet (Rocker), Julie Beaulieu (Paso), Chantal Bérubé (Starlight), Chantal Plamondon (Viennoise) et François Beaulieu (Westminster).

H.A.

La Croix-Rouge...
c'est
l'aide aux
sinistrés. +



Nancy et Eric Vézina

Omnium Vic Corbin O'Keefe

Un record de participation

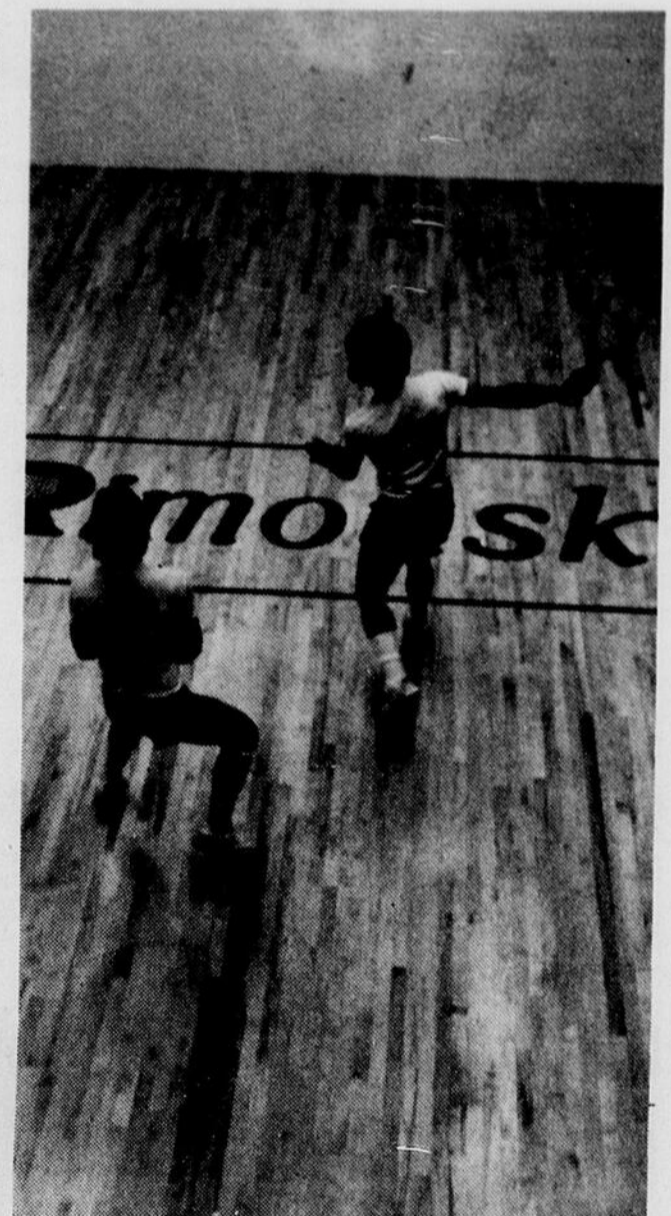
Le temps froid qu'on a connu en fin de semaine n'a pas empêché les 246 golfeurs inscrits de se présenter au Club Bic pour prendre part au deuxième Omnium Vic Corbin, un tournoi de type Mulligan continu.

Chez les hommes, la victoire a été signée par le duo Jean-Eudes Ross et Alain Bérubé d'Amqui qui a présenté un score de 133 après 36 trous. Dans cette même classe, AA, Robin Blais et Luc Landry du Bic ont terminé deuxième avec 136, un coup de mieux que Mi-

chel et André Bérubé et deux coups devant le tandem Guy Morin-Raymond-Crevier.

Chez les dames, Denyse Cyr et Julie Fiola du Club Boule Rock ont roulé 139 pour remporter la victoire.

En classe A masculine, les vainqueurs furent Roger Breton et Georges Côté du Bic (138). Ils ont devancé Gerald Albert et Denis Rouleau (140), Georges Rousseau et Gaston Lepage (141), Jean-Louis Tremblay et Rodrigue Landry (143), Denis Mercier et



Maintenant que le Centre sportif a changé de mains, on peut s'attendre d'y voir plusieurs changements s'opérer graduellement. D'autres services seront ajoutés à moyen terme tels qu'un centre Nautilus.

(Photo Le Rimouskois, H.A.)

Jacques Mercier (143), Réal Lasanté et Bob Fournier (143).

Le duo champion de la classe BB est celui de Sylvain Lévesque et Paul Roy (144). Les suivants sont Guy Collin-Paul Landry (145), Donald Chiasson-Jacques D'Amours (148), Robert Thériault-James Lebel (151), Jacques Gendron-Michel Vézina (151).

Pierre-Paul Harrison et Alcide Lamontagne l'ont emporté en classe B avec 154. Charles Albert et René Pouliot les ont imités

en classe C avec 167.

Les autres équipes gagnantes chez les dames furent Colette Dupère et Michelle Lévesque du Boule Rock (B) avec 163, Lise Hudson et Andrée Leblanc du Bic (C) (192).

Ce tournoi commandité par la Brasserie O'Keefe fut suivi d'une remise de prix qui ont totalisé la somme de 2500\$.

Le prochain tournoi du Bic sera celui du Championnat du Club, les 29 et 30 septembre.

H.A.



Nathalie Turgeon

Michel Létourneau ne l'avait pas

Les As s'en tirent quand même avec le championnat

Tout au long du match, le grand gaucher des As, Michel Létourneau, s'est mis dans l'embarras. Son contrôle était tout à fait nul mais à sa décharge, il faut lui accorder que la température était plutôt froide et humide, bref il était temps que la saison prenne fin et elle allait effectivement prendre fin avec ce septième et dernier affrontement de la série finale de la Ligue de baseball senior du Bas Saint-Laurent, présenté mercredi soir au Complexe sportif.

HUGUES ALBERT

Les Tigres étaient les adversaires des As eux qui, deux jours auparavant, avaient nivelé les chances trois à trois grâce à un gain de 12 à 7 contre le lanceur Claude Corbin.

En première manche, Létourneau fit don de buts sur balles à Claude Martin et Alain Pichette, d'un coup sûr à Jacques Tremblay et d'un point aux Tigres. Trois retraits consécutifs en deuxième manche.

La troisième reprise fut amorcée de bien mauvaise façon quand il gratifia Claude Martin d'un deuxième but sur balles pour ensuite accorder un simple à Michel Bellavance et un autre but sur balles à Denis Goulet. Ces trois porte-couleurs des Tigres croisèrent le marbre sur deux erreurs pour porter le compte à 4 à 1.



Le président du circuit, Bertrand Dubé, a remis le trophée du Championnat des séries éliminatoires à l'instructeur René Mercier. On reconnaît les propriétaires du club, Jean Beaulieu et René Pouliot.

(Photo Le Rimouskois, H.A.)

Durant cette rencontre décisive, Létourneau se fit très généreux en ce qui a trait aux buts sur balles, mais plutôt avare de coups sûrs puisqu'il n'en permit que cinq. En attaque, lui et ses coéquipiers essayaient de réduire cette avance quasi confortable de trois points sans succès. En cinquième, Yvan Bouillon entreprit cette manche avec un double contre le lanceur partant Richard Lord. Claude Corbin faillit ensuite à la tâche pour le faire avancer au troisième but et il fut retiré sur des prises. Michel Tremblay frappa ensuite un faible roulant à l'arrêt-court Michel Bellavance qui fit le relais au premier coussin pour un deuxième retrait. Yvan Ouellet est ensuite venu à un cheveu de réduire cette avance des Tigres quand la

haute chandelle qu'il frappa fut attrapée par Denis Goulet, le dos à la clôture au plus profond du champ centre.

Mais en sixième

En sixième manche, les As marquèrent quatre points sur des coups sûrs de Michel Pelletier, Denis Beaupré et Michel Létourneau et du choix intérieur de Yvan Bouillon qui fit produire le point gagnant. L'erreur du match fut commise lors de cette manche quand une balle parfaite pour un double jeu frappée par Pierre Boulianne passa entre les jambes du joueur d'inter des Tigres. Ces derniers menacèrent en fin de septième mais Pierre Boulianne mit fin au match en gobant le ballon frappé par Claude Martin au champ

droit.

Le jeu du match revient à Claude Corbin, deuxième but des As, qui, avec l'aide de Denis Beaupré (inter) et Yvan Bouillon (1er but), réussit un double jeu en fin de sixième manche alors que trois coureurs se trouvaient sur les sentiers.

Après le match, les As sablerent le champagne que les propriétaires de l'équipe, Jean Beaulieu et René Pouliot, avaient apporté. Les As succèdent

ainsi au Pentagone de Ste-Blandine en tant que champions des séries éliminatoires. C'était un premier titre pour eux qui étaient dirigés par René Mercier.

Après avoir connu un début de saison plutôt difficile (une victoire contre six revers), les As se sont relevés et se sont qualifiés pour les séries éliminatoires en triomphant des Polaris de St-Fabien lors d'un match suicide. Ils ont par la suite éliminé en six matches les champions du calendrier régulier, le Bar Picatou de Matane avant de vaincre les Tigres en finale.

Rien ne fut facile pour eux mais c'est à force de travail et de détermination qu'ils ont réussi. La contribution de joueurs habitués à la pression tels que Claude Corbin et Yvan Bouillon a été d'un précieux secours.

Michel Létourneau devait mériter le titre de joueur par excellence des séries éliminatoires. Il a remporté sept gains et subi aucun revers, tout un exploit! Il fut d'ailleurs l'homme des grandes occasions.

La retraite pour Jacques Tremblay



Sûrement le joueur par excellence des séries, Michel Létourneau. (Photo Le Rimouskois, H.A.)

Le vétéran Jacques Tremblay qui a fait sa marque pendant de nombreuses années au baseball régional annonçait après le dernier match de la finale que l'heure de la retraite avait sonné pour lui. Maintenant âgé de 45 ans, Jacques considère avoir fait son bout de chemin dans ce sport qu'il a toujours chéri.

Le baseball régional perd ainsi un des ses plus fidèles serveurs. Si on devait un jour fonder un temple de la renommée du baseball dans notre région, il y figurerait avantagement.

Quels seront les récipiendaires des principaux titres?

La soirée de clôture de la saison de la Ligue de baseball senior du Bas St-Laurent aura lieu samedi soir prochain au chalet du Club de golf Boule Rock. Les quatre grands titres individuels seront alors dévoilés au public soit ceux de la recrue de l'année, du joueur sous-estimé, du joueur le plus utile et du joueur défensif.

Au titre de recrue de l'année, les candidats susceptibles de l'emporter sont: des As, Yvan Ouellet, Pierre Boulianne, Yvan Bouillon; des Tigres, Daniel Bélanger; du Pentagone, Bernard Duchesne, Guy Plourde; des Polaris de St-Fabien, Luc Voyer, Francis Bellavance, Robin Jean; du Bar Bellevue de Trois-Pistoles, Serge Desjardins, Tony Lévesque, Daniel Parent; du Bar Picatou de Matane, Denis Bernier, Tony Harrison, Dany Leblanc et Daniel Savard.

Le joueur sous-estimé sera choisi parmi Michel Daigle et Gerald Desjardins des As, Claude Martin et Daniel Bélanger des Tigres, Normand Brisson et Guy Plourde du Pentagone, Luc Voyer et Roger Bélanger des Polaris de St-Fabien, Tony Lévesque et Serge Desjardins du Bar Bellevue de Trois-Pistoles, René Turcotte et Claude St-Laurent du Bar Picatou de Matane.

Yvan Bouillon et Claude Corbin des As, Claude Martin et Alain Pichette des Tigres, Normand Brisson et Martin Beauregard du Pentagone, Raymond Bérubé et Denis Bélanger des Polaris de St-Fabien, Henri Thibeault et Serge Desjardins du Bar Bellevue de Trois-Pistoles, Denis Bernier et Jean-Pierre Savard du Bar Picatou de Matane sont les candidats au trophée du joueur le plus utile.

Quant au meilleur joueur défensif du circuit, on le sélectionnera parmi Michel Pelletier et Claude Corbin des As, Michel Lepage et Michel Bellavance des Tigres, Bernard Duchesne et Raynald Boulanger du Pentagone, Francis Bellavance et Michel Michaud des Polaris de St-Fabien, Gaston Gaudreau et Serge Desjardins du Bar Bellevue de Trois-Pistoles, Denis Bernier et Tony Harrison du Bar Picatou de Matane.

On sait que les deux titres revenant aux champions du calendrier régulier et des séries éliminatoires reviennent au Bar Picatou de Matane et aux As de Jean Beaulieu et René Pouliot.

Cette soirée de clôture de la saison suivra un tournoi de golf qui sera présenté en après-midi au Club Boule Rock.

H.A.

**LE NO: 1 AU QUÉBEC
DANS LES FILMS
EN INVENTAIRE**

CARTE DE MEMBRE À VIE 35\$

- Entretien des appareils gratuit pour les membres
- Service de livraison gratuit

723-8817



MANIA-VIDÉO LTÉE
CARREFOUR RIMOUSKI

Matane versus Rimouski dimanche

La ligue de hockey Rive-Sud entreprend une cinquième saison cette semaine

Les activités de la Ligue de hockey Rive-Sud débutent durant le prochain week-end, alors que quatre programmes seront à l'affiche à compter de samedi.

DORIS LABONTÉ

La première confronta-

tion opposera les représentants de Matane à ceux de Ste-Anne-des-Monts, alors qu'en après-midi la nouvelle concession de la MRC Kamouraska se produira au Stade de la Cité des Jeunes de Rivière-du-Loup face aux équipes Bleu et Or de l'endroit.

Dimanche, ce sera au tour des formations rimouskoises d'amorcer la

campagne 84-85 quand elles recevront la visite des Sieurs de Matane, au Colisée à compter de 12h30. Pendant ce temps, la MRC Kamouraska se rendra à Mont-Joli pour y croiser le fer avec l'Empress.

Deux sections, quatre divisions

Le circuit du président Aldy Lévesque de Ri-

mouski, présentera un nouveau visage pour sa cinquième saison d'existence.

En effet, l'Association du hockey mineur de Rimouski ne présentera plus qu'une seule équipe par division. Ainsi les Eperviers, nom nouvellement réinstauré par les dirigeants, seront nos représentants dans le pee wee, bantam et

midget. On sait qu'avec la venue du nouveau circuit inter-rives, les meilleurs éléments locaux seront regroupés dans des équipes de classe "BB", tout en continuant de porter le nom de Spartak.

Toutefois la venue de la nouvelle franchise de la MRC Kamouraska a permis de former deux sections, est et ouest, et un calendrier débalancé comportant 28 parties par équipe.

La section ouest regroupera les villes de Rimouski, Rivière-du-Loup et MRC Kamouraska, alors que Matane, Mont-Joli et Ste-Anne-des-Monts formeront le secteur est.

Chaque équipe disputera huit parties contre les membres de sa section, et quatre face aux formations de l'autre secteur.

Finalement, la division atome fera son entrée dans le circuit Rive-Sud cet automne. Toutefois, pour la première année du moins, les déplacements des équipes se feront de façon autonome, dans le cadre d'un calendrier adapté aux contraintes de ces tout-petits.

Hors-concours: quatre victoires rimouskoises

Afin de parfaire leur préparation, les formations rimouskoises ont disputé des matches hors-concours en fin de semaine.

Samedi le Spartak "BB" a remporté trois gains à Rivière-du-Loup. Les pee wee ont eu gain de cause 7 à 1, les bantam l'ont difficilement emporté 2 à 1, alors que le midget signait un gain de 5 à 1.

Le lendemain, les Eperviers recevaient les formations loupéroises au Pavillon sportif. Les Rimouskois ont triomphé du Bleu et Or au compte de 5 à 3 dans la division pee wee. Chez les bantam, les Eperviers se sont inclinés 9 à 3. Il faut toutefois préciser que le Bleu et Or bantam représentera à coup sûr une force première dans cette division cet hiver.

Finalement, au terme d'un match robuste, le Bleu et Or a remporté un gain de 4 à 1 dans le midget. Le pointage n'indique cependant pas l'allure de la partie ou les nôtres tinrent certainement la comparaison avec leurs visiteurs.

Demi-marathon des Optimistes

Une course à relais pour les étudiants du secondaire

Le demi-marathon des Optimistes qui aura lieu le dimanche 23 septembre prochain attirera, selon les organisateurs, un minimum de 500 coureurs. C'est donc dire que l'objectif visé sera atteint et même dépassé si l'on se fie au coordonnateur de l'événement, Léon-Paul St-Pierre.

S'il en est ainsi, c'est principalement grâce à la participation étudiante. "La réponse au niveau des écoles est très prometteuse. Comme mesure visant à inciter une grande participation de la part des jeunes qui fréquentent les institutions scolaires, une course à caractère spécial a été organisée pour les étudiants du niveau secondaire, soit le relais de 16 ki-

lomètres. Cette compétition, un circuit fermé de 1,6 kilomètre, mettra aux prises six équipes de 10 coureurs et chacun d'eux devra effectuer une fois le trajet partant de la cour intérieure de la polyvalente Paul-Hubert et empruntant Arthur-Buies, Sirois, Mgr Plessis, Rouleau, Seigneuresse avant de revenir au point de départ pour faire le relais. Cette nouvelle épreuve créera une très forte émulation chez les athlètes et suscitera un intérêt immense chez les spectateurs," de souligner M. St-Pierre.

Déjà la semaine dernière, plusieurs inscriptions avaient été enregistrées, même si des institutions scolaires comme le

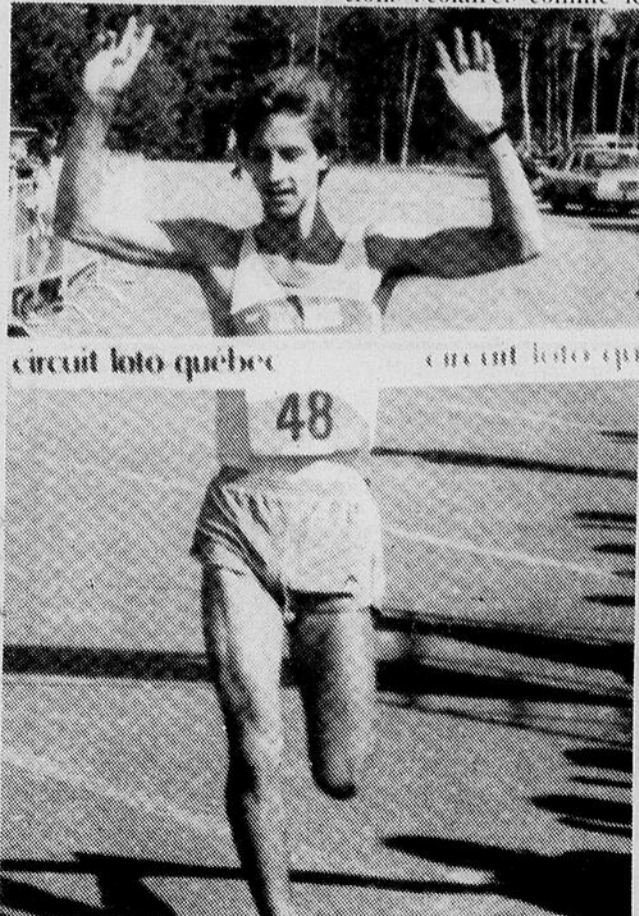
Cegep, l'Université, la Polyvalente de Mont-Joli, les écoles secondaires du Bic, St-Fabien et autres municipalités environnantes n'avaient pas été visitées.

On sait que le demi-marathon des Optimistes comprendra trois épreuves, soit la course des

21,1 km à 10h00 le matin, la route familiale de 1,6 km à 13h00 et la course des Optimistes de 5 km à 13h30.

Réal Beaupré et Gaby Lepage du Club la Cavale ont d'ailleurs confirmé leur participation à la course du demi-marathon.

H.A.



Joël St-Louis de Sherbrooke a remporté les honneurs du demi-marathon en 1983. Il serait intéressant de revoir cet excellent coureur à Rimouski le 23 septembre. (Photo Le Rimouskois, H.A.)

Spéciaux sur l'entretien **FORD**

MISE AU POINT DES MOTEURS

24⁷⁶
4 cylindres
26⁸⁷
6 cylindres
32⁴³
8 cylindres

- Vérification des bougies
- Réglage de l'avance du carburateur et des courroies
- Vérification du chapeau de distributeur, des durites (hoses) du système de refroidissement, des câbles de bougies, de la bobine de la soupape V.P.C., des filtres à air et à essence.
- Vérification avec analyseur électronique

AVANT DE COMMENCER LES TRAVAUX, ON INFORMERA LE CLIENT DE TOUS FRAIS DE PIÈCES ET ENTRETIEN SUPPLÉMENTAIRES S'IL Y A LIEU.

(OFFRE VALIDE JUSQU'À LA FIN SEPTEMBRE)

U

MÉDAILLON

FORD

RIMOUSKI

* VOITURES ET CAMIONS LÉGERS

195 LÉONIDAS RIMOUSKI
TÉL.: 723-2223

Remise de trophées de la Ligue Molson Légère

Marcel Dionne Paysagiste en sort grand gagnant

Samedi dernier s'est tenue au Bar Ti-Québec, la soirée de remises de trophées de la Ligue de balle molle Molson Légère.

Comme il se doit, la formation du Marcel Dionne Paysagiste fut la plus remarquée alors qu'elle s'est méritée les deux principaux trophées à l'enjeu.

C'est ainsi que le Marcel Dionne Paysagiste a enlevé le titre de champion de la saison régulière et des séries éliminatoires.

Le choix pour le meilleur instructeur de l'année s'est arrêté sur Daniel Dionne des As du Rallye. Gérard Chenard de M.D. Paysagiste en vertu d'une production de 22 coups sûrs en 51 présences au bâton, a maintenu la meilleure moyenne au bâton parmi tous les joueurs de la Ligue pour une moyenne de 351.

Par ailleurs, le meilleur lanceur de la saison régulière a été Jean Bellemare de Marcel Dionne Paysagiste qui a terminé avec une fiche de sept victoires

contre aucun revers pour une moyenne de points mérités par match de 2.62. Le titre de meilleure recrue de l'année a été décerné à Sylvain Proulx du Ti-Québec et celui du joueur le plus gentilhomme est allé à André Bernier des As du Rallye.

En séries de fin de saison, Léo Bourguignon de M.D. Paysagiste fut le lanceur s'étant distingué le plus tandis que la moyenne au bâton de .409 qu'a maintenu Richard Beaudoin de

Medaillon Ford lui a valu le titre de meilleur frappeur.

Un joueur de chacune des équipes a été choisi le joueur le plus utile à son club respectif. Il s'agit de Gérard Chenard du Marcel Dionne Paysagiste; Roger Patry des As du Rallye; Jacques Ferland de Medaillon Ford; Pierre Paradis de la Brasserie L'Etrier; Gervais Girard de l'Hôtel Laurentien et de Laurent St-Laurent du Bar Salon Ti-Québec.

P.M.



Marcel Dionne n'est certes pas habitué à ce genre de voltige. Ses coéquipiers lui ont manifesté leur joie lors de la soirée de clôture de la Ligue Molson Légère. (Photo Le Rimouskois, P.M.)

Les grands honneurs vont à la Mousk Braü Haus I

C'est la formation de la Mousk Braü Haus I qui a mérité la part du lion lors de la remise de trophées clôturant la saison 1984 de la Ligue de balle molle de Ste-Agnès.

En effet, cette équipe, en plus de se mériter le titre

de champion des divisions Molson et Brador, avait enlevé les honneurs de la série finale en disposant de la Mousk Braü Haus II par quatre parties à deux.

Le joueur par excellence de la Mousk Braü Haus I a été Pierre Guérette qui a

fait produire six points en vertu de neuf coups sûrs. Pour l'équipe finaliste, le même honneur a échu à Joachim Robinson qui a frappé treize fois en lieu sûr pour produire sept points des siens.

En saison, Marcel Poi-

rier de la Mousk Braü Haus I a reçu le trophée décerné au meilleur frappeur du circuit, ayant maintenu une excellente moyenne au bâton de .500 grâce à 37 coups sûrs en 74 apparition au marbre. Son coéquipier, Michel Bérubé, ayant cumulé une fiche de 21 victoires contre 5 revers en saison et en séries, a mérité le titre de meilleur lanceur de la ligue.

Enfin, un joueur de chacune des formations du circuit a reçu un trophée en tant que joueur le plus utile à son équipe. Les lauréats sont: Valen Laforest du Bistro Bar; René Côté de la Mousk Braü Haus II; Hubert Boucher de la Mousk Braü Haus I; Bruno Côté de Taxi 800; Marco Plourde des Voyagers; Bruno Ruest de G. bus et Clermont Belzile du Soir volant.

Mentionnons en terminant que Romulus soucy a démissionné de son poste à la ligue après huit ans à la présidence. Tous sont d'avis qu'il s'agit là d'une grande perte pour la Ligue après huit ans d'excellent travail à ce titre.

P.M.



L'équipe Mousk Braü Haus I, championne des séries éliminatoires. (Photo Le Rimouskois, P.M.)

Ligue de balle molle de Ste-Odile

Le Bar salon Ti-Québec remporte les honneurs de la finale

La saison a pris fin jeudi dernier dans la Ligue de balle molle de Ste-Odile quand le Bar salon Ti-Québec a vaincu le Bar la Pirouette 3 à 2 en 12 manches lors du quatrième match de la série finale. Le Ti-Québec remporte donc cette série trois victoires contre un seul revers.

Le lanceur gagnant a été Alfred Morin et le perdant

Roger Durette. C'est Herman Lepage qui a poussé Gaston Lévesque au marbre pour le point vainqueur.

Mardi dernier, le Ti-Québec prenait les devants deux à un dans cette série en signant un gain de 3 à 1 grâce notamment au brio de Sylvain Laliberté qui fit produire deux points.

H.A.

VOUS NE VERREZ JAMAIS D'AUSSI BONS PRIX POUR DES PNEUS USAGÉS DE BONNE QUALITÉ À RIMOUSKI

PNEUS USAGÉS DE BONNE QUALITÉ RADIAL ET CONVENTIONNEL

RADIAL 14 ET 15 POUCES
2 pour 45\$

RADIAL 13 POUCES
2 pour 35\$

CONVENTIONNEL 14 ET 15 POUCES
2 pour 25\$

CONVENTIONNEL 13 POUCES
10\$ ch.
Jusqu'à épuisement des stocks.

VOTRE GÉANT DES PNEUS USAGÉS AU QUÉBEC

LES PNEUS 4-1

Dernier mois à ces prix spéciaux

327 RUE RIVARD
PLAZA INDUSTRIELLE
(FACE À RIMOUSKI TRANSPORT)
RIMOUSKI 723-1944

Restaurant LES SORBIERS



•sa table
•son site

Réservations:
736-5640

route 132—face à l'entrée ouest de Bic

RELÂCHE LE LUNDI

2/3 DES CANADIENS SONT DES NON-FUMEURS.

GENERATION
Santé et Bien-être sociaux
Canada Health and Welfare
Canada

Ligue de football aux drapeaux 50

Le Clocher se rapproche du deuxième rang

Le Clocher s'est rapproché à deux points du deuxième rang détenu par la formation Labatt en la défaisant 33 à 24 dimanche matin dans un des trois matches présentés dans la Ligue de football aux drapeaux 50 de Rimouski.

Jean-François Landry et Daniel Gauvin ont réussi deux touchés chacun pour les vainqueurs et Marc Théberge sur une longue course fut l'auteur de l'autre majeur des gagnants. Yvan Ringuet deux fois, Yvan Ouellet et Hugues Albert réussirent ceux de Labatt.



Luc Bissonnette du Soir volant lance une passe derrière la protection de son coéquipier Richard Catellier. (Photo Le Rimouskois, H.A.)

Deux défaites du Soir volant

Le Soir volant a subi deux défaites au cours du

À Rimouski, un stage d'entraînement au programme national de certification des entraîneurs

Dans le cadre du Programme national de certification des entraîneurs, l'Association des cadres sportifs du Québec offrira, les 13 et 14 octobre prochains, le cours d'entraîneur de niveau I, à partir de 9h00 le samedi matin, au local D-117 du Cégep de Rimouski.

Ce cours s'adresse à toute personne de 16 ans et plus, en contact avec la jeunesse sportive comme entraîneur ou animateur. Cette session de 14 heures est le complément des degrés d'entraîneurs offerts par les différentes fédérations sportives.

À la fin du cours, vous devriez être capable d'énoncer les responsabilités que comporte le rôle d'entraîneur, d'énumérer les effets importants qu'a l'entraîneur sur les athlètes de choisir les activités qui encouragent l'amusement et la participation, d'exercer

les techniques fondamentales de communication, d'exposer les principes de base qui président au fonctionnement et à la croissance du corps, d'analyser des habilités simples, de relever des erreurs et de savoir comment les rectifier suivant les principes du mouvement, de relever et de corriger des conditions de jeu dangereuses, de mettre en pratique les principes de l'enseignement efficace et de planifier des exercices sains.

Le coût est de 25\$, à faire parvenir par chèque à l'Association des cadres sportifs du Québec, 1082, boul. St-Germain Ouest, Rimouski G5L 7B5. Pour obtenir plus d'informations, contactez M. Yvan Douville, à 724-2558.

L'inscription doit parvenir à l'adresse ci-haut mentionnée avec vos noms, adresse et numéro de télé-

phone. Le nombre d'inscriptions est limité à 30.

Théorie de l'entraînement niveau II

L'Association des cadres sportifs du Québec offrira, les 26, 27 et 28 octobre 1984, le cours d'entraînement théorique de niveau II, à partir de 19h00 le vendredi soir au local D-117 du Cégep de Rimouski.

Ce cours s'adresse aux entraîneurs ayant déjà suivi le niveau I théorique, ainsi qu'aux éducateurs(trices) physiques diplômés(es).

Le coût est de 45\$, à faire parvenir par chèque à l'Association des cadres sportifs du Québec, 1082, boul. St-Germain Ouest, Rimouski, G5L 7B5.

week end ce qui amoindrit considérablement ses chances de participer aux séries éliminatoires.

Dimanche, la Pirouette a eu raison de cette équipe 19 à 7 et c'est Jacques Bernier qui s'est illustré le plus à l'attaque en marquant deux touchés, l'autre étant réussi par Francis Harel. Robin Fallu a répliqué pour le Soir volant.

La veille, le Soir volant avait succombé 32 à 6 devant l'Empress pour qui c'était une septième victoire consécutive. Michel Pelletier et Jacques Lapointe réussirent alors deux touchés chacun.

Pierre St-Hilaire devait compléter. La réplique du Soir volant vint de Robin Fallu.

Dans l'autre rencontre prévue en fin de semaine, Labatt l'a emporté par défaut 24 à 0 contre le Ti-Québec qui, incidemment, sera retiré des cadres du circuit.

Prochains matches

Les prochaines rencontres prévues à l'horaire de la Ligue de football aux drapeaux 50 mettront aux prises les Soir volant et le Clocher (9h30), la Pirouette et Labatt (11h00), samedi, l'Empress et le Clocher (11h00), dimanche.

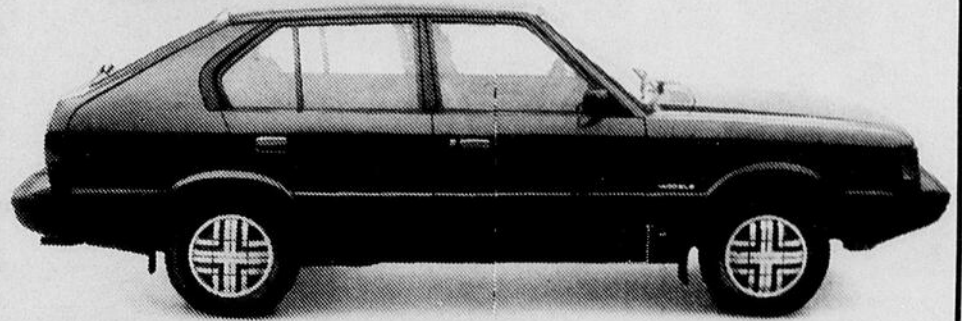
Classement

Equipes	PJ	G	P	N	PP	PC	PTS
Empress	7	7	0	0	295	120	14
Labatt	7	5	2	0	220	133	10
Clocher	6	4	2	0	241	176	8
Pirouette	7	3	4	0	200	234	6
Soir volant	6	1	5	0	78	126	2

NOUVEAU CONCESSIONNAIRE À RIMOUSKI

HYUNDAI

pony



AUTOMOBILES SIMON

375 Boul. Ste-Anne Pte-au-Père

Pour renseignement: 724-2231

DÉPÔT GARANTI  TRUST GÉNÉRAL

Au Ranch des Prés

Une compétition équestre amicale

Des cavaliers de divers centres et leurs montures participeront le dimanche 23 septembre à compter de 12h00 à une compétition équestre amicale au Ranch des Prés de Rimouski.

Ces quelque 25 cavaliers en provenance de la Chevauchée, du Ranch Alain Gagné de Ste-Blandine, de Luceville, St-Donat, St-

Gabriel et Ste-Angèle, compétitionneront dans les classes performance et vitesse.

Organisée par Réginald DeChamplain et commanditée par la Brasserie Molson, cette compétition aura comme enjeu la Coupe du Ranch des Prés.

H.A.

12^{1/2}%
(5 ans)
Intérêt annuel

12^{5/8}%
(3 ans)
Intérêt annuel

12^{1/4}%
(15 mois)
Intérêt à l'échéance

DOUBLEMENT AVANTAGEUX!
PORTEFEUILLE-PLACEMENTS GRATUIT!

SUCCURSALE
Rimouski: 12, Saint-Germain Est, 724-4106

11%
(90-179 jours)
Intérêt à l'échéance

Institution inscrite à la Régie de l'assurance-dépôts du Québec.

La rentrée à l'Institut maritime

Quoi de mieux qu'un tournoi de balle molle

En septembre, c'est la rentrée scolaire et comme à chaque année, l'Institut maritime du Cegep de Rimouski organisait les 14 et 15 septembre son traditionnel tournoi de balle molle. Cette manifestation des plus attendues a permis aux étudiants et membres du personnel d'échanger et de fraterniser tout en s'amusant ferme.

Plus de 29 équipes s'étaient données rendez-vous au Complexe sportif de Rimouski pour se disputer le trophée du directeur. Des 530 étudiants de l'Institut, plus de 300 représentants des différents secteurs d'étude étaient présents, répartis en 12 équipes de navigation, neuf de génie mécanique, cinq d'architecture navale, une de radio-communication et deux autres composées de membres du personnel.

La compétition a été vive du début à la fin et c'est la formation de "cinquième navigation B" qui l'a em-



L'équipe championne du tournoi, celle de 5^e navigation B.

(Photo Michel Soulard)

porté en grande finale contre celle de "troisième navigation C".

Marc Germain de l'équipe championne s'est signalé au bâton avec quatre circuits et 11 points produits. François Thériault de la formation "troisième navigation C" a été choisi

lanceur par excellence du tournoi. L'équipe B du personnel qui avait remporté le tournoi en 1982 et 1983 n'a pu répéter son exploit et selon les étudiants, la leçon portera ses fruits...

À l'issue du tournoi, les champions ont reçu, des mains de Jean-Marie Vi-

gnola, le trophée du directeur qui sera désormais à défendre chaque année.

Pour les organisateurs de ce tournoi, chaque équipe en ressort gagnante de ce tournoi pour sa participation et sa fierté d'appartenir à l'Institut maritime du Cegep de Rimouski.

Ce tournoi s'est avéré

une réussite grâce à la bonne collaboration de la Brasserie Labatt et de son représentant, Richard Lalonde, Philippe Lapointe, les étudiants de la troisième session en architecture navale pour l'organisation de la soirée et la dégustation de blé d'Inde, ainsi que la ville de Rimouski.

H.A.



Tél.: 724-9848

G. LAVOIE

TOITURE

Spécialité: Bardeaux d'asphalte

333 St-Robert, Rimouski

Mesdames, Désirez-vous apprendre comment intégrer le marché du travail?

Si vous : - avez cessé de travailler à l'extérieur depuis cinq (5) ans ou plus;
Ou : - n'avez jamais été, de façon continue, sur le marché du travail;
Et : - désirez, dans un avenir prochain, intégrer le marché du travail,

Transition au travail

est un programme qui prépare les femmes au choix d'un métier ou d'un emploi. Programme gratuit.

Une formation de courte durée : Cent cinquante (150) heures sur cinq (5) semaines.
Début prévu pour le 1^{er} octobre 1984.

VOUS ÊTES CONVOQUÉES à une séance d'information au Centre de formation professionnelle, au 424, rue Ross à Rimouski, le 19 septembre à 19 h 30.

OU ENCORE, COMMUNIQUEZ dès maintenant avec :

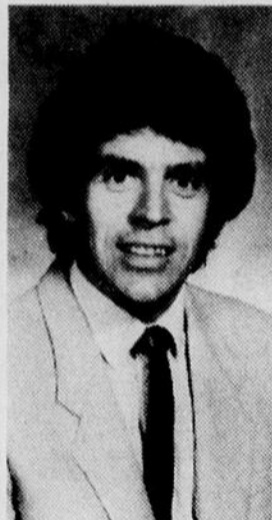
- Madame Ginette Pelletier 722-4922
- Monsieur Gaston Geneau 723-5677

La Commission scolaire régionale du Bas-Saint-Laurent Services de l'éducation des adultes



La Commission de formation professionnelle

NOMINATION



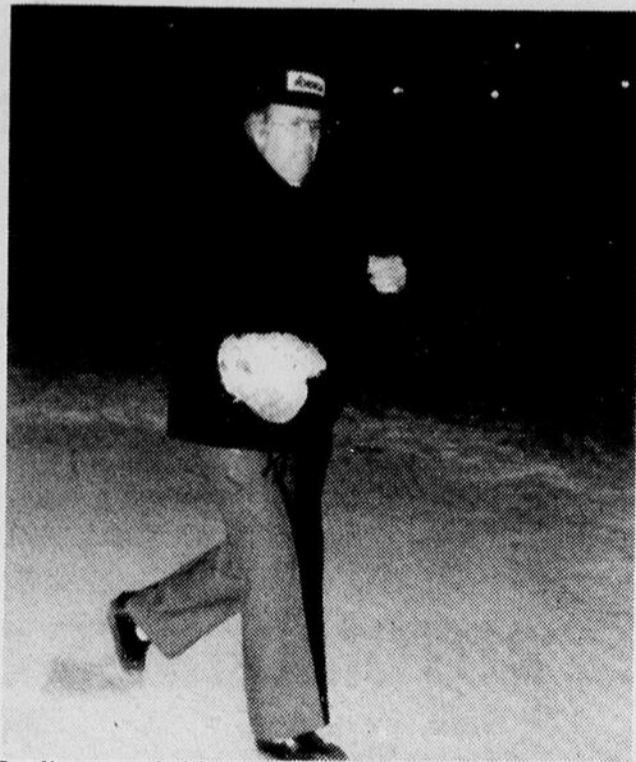
Le président de la Commission de formation professionnelle de la Main-d'œuvre, région Bas-St-Laurent—Gaspésie, monsieur Gilles Potvin, est heureux d'annoncer la nomination de monsieur Claude Saindon au poste de Directeur général de cet organisme, en remplacement de monsieur Georges Tousignant récemment retraité.

Monsieur Saindon, bachelier spécialisé en administration de l'U.Q.A.R., occupait depuis 1977 la fonction d'Adjoint à la direction générale (services administratifs) de la Commission.

Monsieur Saindon est entré en fonction le 10 septembre 1984.



Commission de formation professionnelle de la Main-d'œuvre Région Bas Saint-Laurent - Gaspésie



Le directeur de l'Institut maritime, Jean-Marie Vignola, a effectué le premier lancer du tournoi.

(Photo Le Rimouskois, H.A.)

Moto-accélération 1984

Une course d'accélération de motos aura lieu cette année encore dans le cadre du Festival d'automne de Rimouski. Elle se tiendra le dimanche 7 octobre et débutera à midi. Son organisation a été confiée à l'Association des mototouristes de Rimouski (AMTRI). Cette course qui en sera à sa sixième édition attire de nombreux participants des quatre coins de la province (Estrie, Québec, Bas St-Laurent et Côte-Nord) que viennent encourager plusieurs milliers de spectateurs. Comme par le passé, elle

se déroulera en plein cœur de la ville, soit sur la rue de la Cathédrale. Les inscriptions se feront sur les lieux de 8h00 à 10h30 seulement. L'inspection technique qui sera effectuée la matin même déterminera le classement. Précisons que le nombre maximum d'inscriptions est limité et qu'une moto ne peut être inscrite dans plus d'une classe.

Pour obtenir plus de renseignements, on communique avec Marius DeChamplain, au numéro 722-7278 ou Jacques Lamontagne à 723-1524.

LA VENTE AUDIO-VIDÉO



Quantité: 10

TÉLÉVISEUR COULEUR
 (20 pouces)
 "Blackstripe" de "Toshiba"
 CE-910-C
 Garantie 50 mois
 Pièces et main-d'oeuvre

469\$



Quantité: 4

VIDÉO CASSETTE
 "Toshiba"
 V-M41-C
 Avec commande d'enregistrement
 à touche unique

509\$

MATELAS ET SOMMIER

"Fermopédic" Garantie 10 ans "Chiroferme" Garantie 20 ans
 39 pouces 54 pouces 39 pouces 54 pouces 60"x80"

149\$ 189\$ 199\$ 249\$ 269\$

QUANTITÉ 5

MAGNAVOX
 Vidéo-cassette VHS
 VR-8405

549\$

QUANTITÉ: 2

VIDÉO-CASSETTE
VHS

- Stéréo
 - Télécommande sans fil
 VR-8440

909\$

QUANTITÉ: 2

TÉLÉCOULEUR
 "14 pouces"
 CC 1431

319\$

QUANTITÉ: 2

TÉLÉCOULEUR
 (20 pouces)
 CC-2020

425\$

QUANTITÉ: 12

TÉLÉVISEUR
 "Candle"
 "12 pouces",
 Noir et blanc

85\$

QUANTITÉ: 3

TÉLÉCOULEUR

"14 pouces"
 JCTV 1530
 Télécommande,
 Garantie de 5 ans
 Pièces et main-d'oeuvre

419\$

QUANTITÉ: 3

TÉLÉCOULEUR

"20 pouces"
 JCTV 2316
 Garantie 5 ans
 Pièces et main-d'oeuvre

399\$

QUANTITÉ: 6

TÉLÉCOULEUR

"13 pouces"
289\$

QUANTITÉ: 6

TÉLÉCOULEUR

"20 pouces"
 Avec télécommande

519\$

Garantie 5 ans
 pièces et
 main-d'oeuvre

SERVIMEUBLES

MEUBLES
FLORENT
ST-PIERRE LTÉE

"arrêtez, visitez,
 comparez
 et vous
 achèterez!"

De nombreux
 autres
 spéciaux
 en magasin



303 ST-JEAN-BAPTISTE OUEST, RIMOUSKI 723-6814



Ligue de quilles O'Keefe

Viateur Poirier obtient les meilleurs résultats et Yvon Lachance et fils le premier jeu blanc

C'était le début de la saison, lundi soir dernier, dans la Ligue de quilles O'Keefe de Rimouski. Avant que les huit équipes se mettent à l'oeuvre, le président du circuit, Gilles Méthot, fit la présentation des commanditaires et des autres membres du bureau de direction qui le secondent durant la saison. De plus les quilleurs ont eu le bonheur de faire la connaissance du nouveau représentant O'Keefe, nommé le matin même. Il s'agit de Denis Marchand qui était à l'emploi de Lalonde Sports. Une fois les présentations faites, les quilles se sont mises à tomber. Viateur Poirier d'Oxygène

Rioux s'est illustré le plus au chapitre individuel avec un triple de 593 et un simple de 241, les deux plus hautes marques de la soirée.

Marc Méthot du Bar chez Pull a réussi le deuxième plus haut triple, 565. André St-Laurent de Taxi 3344 a inscrit la deuxième meilleure marque en simple soit 211.

La formation Yvon Lachance et fils a signé le premier gain de la saison par jeu blanc, sept à zéro contre le Pentagone. C'est par contre l'équipe Taxi 3344 qui a réalisé les meilleures marques, un triple de 2550 et un simple de 875. La formation Yvon Lachance et

fils a obtenu 2522 en triple et Alignement PMM 871 en simple soit les deuxièmes meilleures performances en soirée.

Dans les autres rencontres disputées en cette première journée de la saison, Place masculine Jean Beaulieu a vaincu le Restaurant Haute Ville 5 à 2. Taxi 3344 a fait de même contre Alignement PMM et Oxygène Rioux a réservé le même sort au Bar chez Pull.

Seulement 19 quilleurs ont roulé des triples supérieurs à 500 et la moyenne a été très faible se situant à 164,73.

H.A.



Le nouveau représentant O'Keefe, Denis Marchand, en compagnie des représentants des commanditaires de la Ligue de quilles O'Keefe de Rimouski.

(Photo Le Rimouskois, H.A.)

Ligue de quilles Molson

Déjà un record!

Mercredi dernier débutait une nouvelle saison dans la Ligue de grosses quilles Molson. Huit équipes formeront le circuit. A la suite d'une séance de repêchage parmi environ 60 joueurs, un bureau de direction a été désigné. Yvon Poirier agira comme président de la Ligue. Gilles Raïche comme trésorier et Florent Vézina travaillera au niveau de la publicité et des statistiques. Que nous réserve la prochaine saison? A voir les résultats lors du premier programme de la saison régulière, nous assisterons à une course folle par de nouveaux records individuels et d'équipes.

Dans la première rencontre, Gérard Desrosiers qui en était à ses premières armes a enregistré le plus haut simple individuel de la soirée, 258, ainsi que le plus haut triple, 654, pour permettre à la formation d'Yvon Lévesque de vaincre le Bar chez Pull par le pointage de 5 à 2. Gérard Desrosiers a été secondé par Arsène Proulx qui a roulé un excellent triple de 614. L'équipe d'Yvon Lévesque a de plus enregistré le plus haut simple et le plus haut triple d'équipe avec respectivement 1007 quilles et 2861 quilles abattues. Ri-

chard Lepage a été le meilleur pour le Bar chez Pull avec un triple de 583.

Lors d'un deuxième match, Roger Roy avec un simple de 246 et un triple de 640, a permis à l'équipe de Marc-André Marquis de récolter quatre points au classement contre Marcel Duchesne Inc qui a pu néanmoins en inscrire trois.

Dans la troisième confrontation, Jean-Guy Pineault avec un triple de 582 a conduit le Monsieur Ho Masculin à une victoire de 5 à 2 sur le Bar 166. Bob Janelle a roulé un simple de 243 pour les perdants.

Et dans la dernière ren-

contre, le Pentagone a entrepris sa saison en lion en offrant un blanchissage de 7 à 0 à l'équipe de Gilles Bouchard. Guy Morin fut le meilleur pour les gagnants avec un triple de 572. Du côté des perdants, André Plante a roulé un triple de 560.

La moyenne générale des joueurs lors de ce programme a atteint un nouveau sommet depuis la formation de cette Ligue qui remonte à quatre ans. La moyenne a été enregistrée à 175,117 quilles par joueur soit à trois quilles près du chiffre 176.

Ligue de quilles mixte Labatt

Équipes	Quilles	Pts	Moy. G.
Claude Rouleau, Capt.	4535	12	755.8
J-Claude Lavoie, Capt.	4100	12	683.3
S. G. Dubé et Const. Albert	4136	10	689.3
Bertrand Thibeault, Capt.	3957	9	659.5
Guy Saindon, Capt.	3861	6	643.5
Marcel Dionne Pay.	3960	3	660.
Colette Michaud, Capt.	3970	2	661.6
Gérard Dubé, Capt.	3960	2	660.

Meilleures moyennes des hommes

Alain Pineault	177.3
Gérard Dubé	163.5
Yvon Soucy	157.
Gerald Albert (S.G. Dubé et Const. Albert)	154.6
J. Claude Lavoie	153.3

Meilleures moyennes des femmes

Colette Michaud	149.5
Suzanne Michaud	146.8
Martine Dionne	144.5
Marie-Ange Roy (Marcel Dionne Pay.)	136.2

BOUTIQUE DU CUIR

87, 1^{ère} RUE ST-FABIEN
869-2434



BOTTES DE MOTO
50% de rabais

VÊTEMENTS POUR MOTOS
"Magnum et Bristol"
30% de rabais



VÊTEMENTS DE CUIR MODE
Jusqu'à
40% de rabais



Liquidation de chaussures

Pour hommes, dames et enfants

Chaussures mode, classique ou de travail

JUSQU'À 50% de rabais

333 boulevard René-Lepage

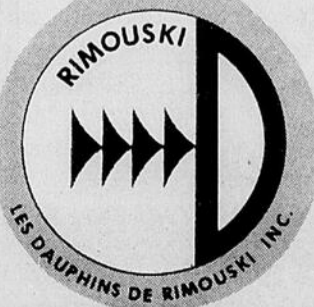
MÊME IMMEUBLE QUE COOPRIX

723-2212



LE **RIMOUSKOIS** VOTRE JOURNAL

NATATION CAHIER



La natation, le chef de file dans les municipalités du Québec

En mars dernier, le Ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche, par le biais de son bureau de direction de l'analyse et de la recherche socio-économique publiait son "Rapport d'étude sur la programmation d'activités de loisir offertes dans les municipalités."

A travers la centaine de pages de cette étude, les invariables étaient représentées par les différentes clientèles (6 à 11 ans, 12 à 17 ans, adultes, personnes âgées, handicapés) de 168 municipalités réparties dans neuf régions distinctes et deux secteurs, le socio-culturel et les activités physiques sportives et de plein-air.

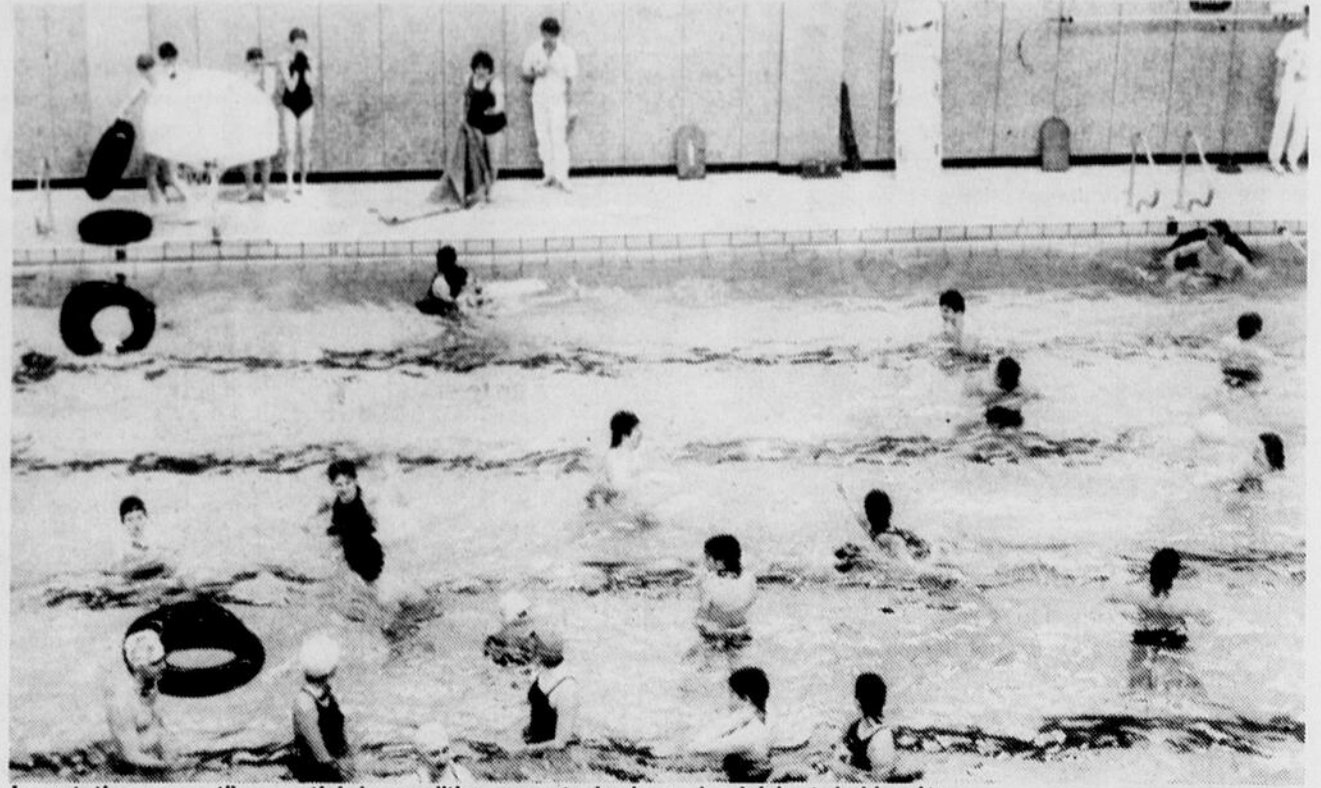
La conclusion qui s'impose est que la natation, troisième sport le plus populaire dans les municipalités du Québec à titre libre, remporte la palme en ce qui a trait aux cours centrés sur l'apprentissage et ce, pour tous les niveaux d'âge et de condition. Par contre, la votation devient inexistante au niveau des adultes, personnes âgées et handicapées pour la pratique organisée (tournoi, ligue). Toujours à l'aide du tableau, la nata-

tion se retrouve à dix endroits différents comparativement au hockey sur glace (huit) et au tennis (six). Cela fournit un indice plus que significatif sur la valeur de l'infiltration de la natation dans l'intérêt des citoyens québécois. Pedigree plus qu'enviable, la natation trace la voie avec le support de ses centaines de bénévoles.

La natation récréative à Rimouski connaît beaucoup de succès. Les bains libres nombreux et variés aux différentes piscines répondent aux besoins d'une clientèle variée. Au cours de l'automne, la piscine de l'école polyvalente Paul-Hubert mettra de l'avant quelques nouveautés. Ainsi le mercredi soir, les adultes pourront venir relaxer dans une piscine où la lumière sera moins intense et où une musique d'ambiance vous fera passer des moments agréables.

Nouveauté à l'occasion de la semaine de la natation

Durant la semaine de la natation, le mardi, 25 septembre, le bain libre sera gratuit et pour l'occasion, les personnes présentes pour-



La natation, un outil essentiel de conditionnement physique, de plaisir et de bien-être.

(Photo "Le Rimouskois", H.A.)

ront assister au lancement d'un super avion géant qui fera le plaisir des jeunes. Cet avion sera dans la piscine tous les samedis de 14h00 à 15h30.

La ville de Rimouski mise sur les programmes de natation

Plusieurs municipalités ont à coeur le développement aquatique de leur ville. Rimouski est une de celles qui déploient le plus d'énergie pour offrir à sa population un programme visant différentes clientèles. Ces dernières sont recrutées parmi les 35,000 personnes dont le noyau est constitué de jeunes, compte tenu de la gent étudiante.

Pour desservir le public, la Ville compte sur un bassin de 25 mètres de six corridors, alors que le C.E.G.E.P. possède deux bassins dont

un de 20 verges et quatre corridors, et un autre de 25 mètres et quatre corridors.

Les disciplines comme la natation compétitive avec le Club les Dauphins, Natation sportive (programme Esso), la nage synchronisée (Club Vivelo), la plongée sous-marine (Club Empress) conditionnement physique par l'eau (Club des Maîtres) occupent une large part du temps dans la programmation. Par contre, l'enseignement de la natation, donné en collaboration avec le C.E.G.E.P., obtient la grande fa-

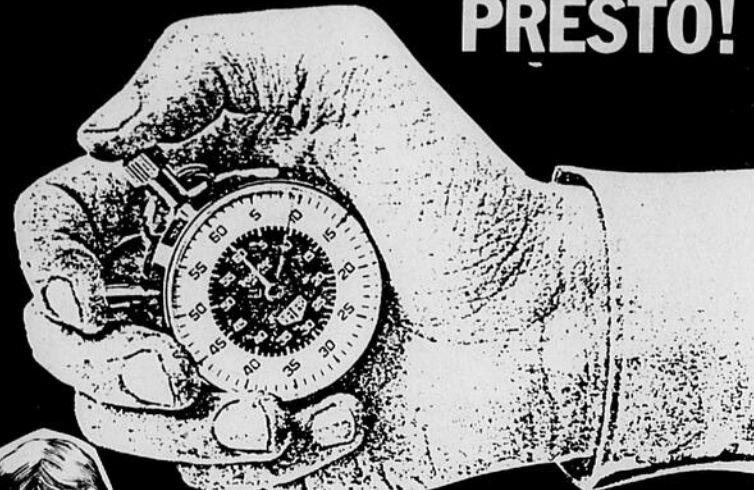
veur du public. On constate un haut degré de satisfaction chez tous les initiés aussi bien chez les jeunes que chez les débutants. Plus d'une vingtaine de moniteurs(trices) travaillent avec cette clientèle.

Programmes spéciaux

D'autres cours spécialisés se greffent à cette branche de l'enseignement. Des cours pour bambins (programme aqua-bébé) connaissent beaucoup de succès. Les "tout-petits" âgés entre trois et cinq ans peuvent s'adonner aux joies de l'eau. Ils doivent être accompagnés d'un adulte et on oriente le nageur vers l'acclimatation à l'eau, la propulsion et l'initiation au crawl et au dos.

Les personnes du troisième âge bénéficient aussi d'un programme. Il est possible à ces adultes de suivre des cours de natation à un prix légèrement inférieur dans un temps qui leur est réservé. On pourrait augmenter la participation avec une meilleure information. Plusieurs adeptes du troisième âge ont trouvé beaucoup de plaisir par cet exercice qui constitue un excellent moyen pour se garder en santé. Ces programmes sont offerts à la piscine de l'école polyvalente Paul-Hubert et pour plus d'information on peut communiquer au numéro 724-3479.

C'EST VITE SERVI AVEC PRESTO!



Presto Pizzeria... quel délice quand la fringale vous prend!

POUR COMBLER TOUS LES GOÛTS, NOUS POUVONS VOUS SERVIR LE POULET PANÉ DE 2, 3, 9 OU 20 MORCEAUX, AINSI QUE NOS POISSONS PANÉS (CREVETTES, PÉTONCLES OU MORUE). CES METS VOUS SONT SERVIS AVEC FRITES, SALADE ET SAUCE.

LIVRAISON RAPIDE OU COMMANDE AU COMPTOIR

Presto Pizzeria
723-3550

319 Cathédrale Rimouski

ELECTROVISION ENR.

**RÉPARATION
RADIO - TV - STÉREO
VIDEO - JEUX VIDEO
STÉREO CASSETTE
POSE DE TAPE AUTO**

3648, Doucet, N° 2
Rimouski, G5L 1M5

Technicien
Michel Thibault
722-4952

SERVICE CLAUDE DUBÉ



- Graissage
- Changement d'huile
- Mécanique générale

**599 DE LA CARRIÈRE
723-1060**

Ouvert de 8h00 à 17h00.

Le soir sur rendez-vous seulement

Prends ta décision et viens nager

Bonjour à tous,

Je me fais le porte-parole de tous les intervenants des disciplines aquatiques de Rimouski pour souhaiter la bienvenue à toute la population.

Vous aurez la chance de voir dans ce cahier des articles et des photos sur ce qui se passe au niveau de la natation dans notre merveilleuse ville de Rimouski. Je laisse à chacun de ces clubs l'occasion de s'exprimer. La semaine de la Natation se fête à la grandeur de la province, du 23 au 29 septembre. C'est une initiative de la Fédération de natation du Québec et Rimouski est de la partie.

L'eau est un élément naturel à l'homme. En effet, dès sa conception, dans le sein maternel, l'enfant est à l'abri et il se développe harmonieusement. Après sa naissance, le moment du bain devient une période de relaxation qu'il agrément de ses balbutiements et flacotis. Un peu plus vieux, avec quel engouement il barbotte sur les bords de la plage, d'un bain public ou d'un bassin privé. Il sent le défi monter à l'intérieur de lui. Son instinct l'invite. Ses parents, ses amis l'encouragent à relever le défi. Il commence son éducation sur la flottabilité, la motricité.

Ses découvertes sur la capacité qu'a son corps à évoluer dans ce liquide l'incite à se mouvoir et dès lors, il est à la recherche de perfectionnement. Il s'agit d'abord de regarder les barboteuses publiques pour voir toute la joie des petits et toutes les énergies qu'ils utilisent à faire mille et une expériences.

L'apprentissage peut se faire aisément avec l'aide des compétences et organismes en place.

La ville de Rimouski possède plusieurs structures qui permettent à tous les citoyens tant de s'initier que de se perfectionner. Il n'en tient qu'à chacun de nous de se décider et d'y aller.

Les organismes ont fait leurs preuves. Cependant, je m'en voudrais de ne pas souligner les efforts des milliers de bénévoles qui par le passé, ont travaillé d'arrache-pieds pour nous faciliter la tâche. Ces pionniers ont tellement donné à structurer ces organismes qu'ils se sont effacés avec le temps, gardant comme seule récompense le plaisir du devoir bien accompli. Aujourd'hui, je dis MERCI au nom de tous à ces bénévoles mal connus, à ces leaders souvent critiqués parce qu'ils prenaient leur tâche au sérieux.

Les organismes sont encore en place et le fonctionnement de chacun s'améliore grâce à l'acharnement et à la compétence des bénévoles qui les composent. J'invite plus particulièrement les parents à s'impliquer dans le fonctionnement administratif de ces clubs sportifs. C'est à nous de créer et de développer un environnement propice à l'évolution harmonieuse de nos enfants dans ces clubs.

Au-delà de la technique sportive, il y a la formation que reçoivent nos enfants par les lois du sport: le sens du combat, le sens du perfectionnement, la tenacité, les habitudes alimentaires, l'attitude mentale positive que requiert la compétition. La compétition de la vie de tous les jours ne peut s'affronter qu'avec un tel bagage. Le sport aquatique, sous toutes ses formes, vous aide à préparer des adultes qui sauront accomplir et réaliser tout ce qu'ils entreprendront.

Il y a un groupe dans nos organismes qui fait par vocation un travail merveilleux. Nous, parents, n'hésitons pas à leur confier la destinée de notre progéniture. En effet, les entraîneurs, souvent de fois, passent plus de temps avec nos enfants que nous aimerions leur consacrer. Nous leur devons un hommage de remerciement sincère. Encore plus, nous devons mettre tout en oeuvre pour leur faciliter la tâche. La réussite d'un club sportif repose sur le travail d'équipe orienté sur les objectifs à atteindre. L'entraîneur a besoin d'un support administratif afin

qu'il puisse se concentrer sur les objectifs immédiats et à long terme.

Plus, nous, les administrateurs bénévoles, prendrons notre rôle à coeur, plus nos entraîneurs auront de facilité à former efficacement nos jeunes athlètes.

Enfin, te souviens-tu du plaisir que tu éprouvais lorsque tu nageais TOI MADAME, TOI MONSIEUR? Il n'en tient qu'à toi de recommencer. Prends ta décision et viens nager. Ton corps te remerciera en te donnant un meilleur rendement. Il est urgent de décider et de passer à l'action.



Marcel-Louis Bélanger



Bulletin sur les pâtes et papiers: le défi des années futures



Confettis et copeaux

Magicienne moderne dans la fabrication des pâtes et papiers, la micro-électronique aide à transformer les copeaux de bois en milliers de produits utiles plus efficacement, avec moins de pertes, une meilleure qualité et une productivité plus élevée que jamais auparavant.

Autrefois, tout se passait autour des machines. Aujourd'hui, des technologues prennent des décisions dans des salles de contrôle immaculées.

La technologie informatique ne représente qu'un des éléments de la vaste réforme entreprise par l'industrie papetière canadienne afin de combattre plus efficacement la concurrence.

Grâce aux ordinateurs, on peut élaborer l'aménagement d'une zone forestière pour les vingt prochaines années et même au-delà. On dresse les inventaires des forêts, on dresse aussi des cartes, on situe les routes et on identifie les besoins techniques. De plus, les ordinateurs aident à prévenir ou à contrôler les incendies, et à choisir les traitements

sylvicoles qui conserveront à nos forêts leur vigueur et leur productivité.

Dans les usines, des ordinateurs et des capteurs électroniques surveillent chaque étape de la fabrication et effectuent les ajustements nécessaires pour atteindre une efficacité et une qualité optimales.

Confiée à des experts en la matière, l'informatique aide notre industrie à être plus productive, rehaussant ainsi notre position concurrentielle sur le marché mondial.

L'utilisation des circuits intégrés au silicium transforme les copeaux de bois en dollars puisqu'elle contribue à renforcer la position concurrentielle de la première industrie canadienne et, par conséquent, à protéger les emplois que fournissent nos forêts.

Pour obtenir gratuitement un dépliant explicatif sur l'industrie des pâtes et papiers, écrivez au Service de l'information, l'Association canadienne des producteurs de pâtes et papiers, 1155 rue Metcalfe, 23^e étage, Montréal (Québec) H3B 2X9.



La natation et les Dauphins de Rimouski

De tout temps, l'instinct de conservation et les nécessités de l'existence ont incité les hommes à participer la nage. Poètes et historiens ont d'ailleurs conté les exploits des nageurs de l'antiquité. Les motifs de certaines pièces de musée prouvent qu'il y a 3000 ans, les Egyptiens nageaient dans le Nil. Pour les Grecs, marcher et nager allaient de pair. Dans ses récits, l'historien et géographe Pausanias réserve un chapitre à la présentation d'un concours de natation. Les Déliens devaient être d'excellents nageurs, ce que Socrate nous rappelle quand il écrit: "Pour se reconnaître au milieu de tant d'écueils, il faudrait être nageur de Délos." Les soldats des légions romaines devaient pouvoir traverser les rivières à la nage, avec armes et bagages. Pourtant la natation ne figura jamais au programme des Jeux de

moderne. Issue d'une association sportive londonienne créée cinq ans plus tôt, la première fédération nationale de natation fut fondée en Grande-Bretagne en 1874. Bientôt, dans d'autres pays, la natation devait également s'organiser, d'abord en clubs et en regroupements régionaux, puis en fédération. Oubliée des Jeux de l'antiquité, la natation de compétition fut admise au programme olympique des Jeux modernes dès 1896. Depuis elle y figure régulièrement avec un succès grandissant. En 1908, les fédérations nationales s'unirent pour créer la Fédération Internationale de Natation Amateur (F.I.N.A.). Depuis, elle dirige avec beaucoup d'efficacité ce sport qui compte aujourd'hui ses adeptes par millions. Rappelons que c'est en

tenaire de la Confédération, le Club de natation les Dauphins de Rimouski voyait le jour. Le nom du club existe lui par contre depuis 1970 et finalement c'est en 1978, le 5 juin plus précisément qu'il fut incorporé. Par la natation, le Club de natation les Dauphins de Rimouski Inc., permet aux membres de son équipe de développer l'esprit d'accomplissement, de la recherche de l'excellence personnelle tout en développant d'autres qualités qui resteront avec l'athlète au cours de sa vie. Un autre point qu'il est important de souligner est que la natation de compétition au sein d'un club aussi bien structuré et encadré que les Dauphins ne nuit aucunement à la poursuite des études. Contrairement à ce que certains pensent, la quasi totalité de nos meilleurs athlètes sont également des étudiants et étudiantes qui

natation au Canada. Quelques uns sont maintenant partis de Rimouski mais sont toujours actifs en compétition et aux études: **Bruno Bissonnette**, Sélect de Québec, médecine, il termine sa dernière année en anesthésie; **Chantale Martineau** poursuivra ses études à l'Université de la Floride grâce à une offre de bourse d'étude qui lui fut faite par cette Université afin qu'elle continue à nager dans cet état du sud des Etats-Unis; **François Dionne**, Sélect de Québec et grand gagnant de la Coupe du Québec 1983; **Bernard Landry**, étudiant au C.E.G.E.P. de Rimouski et athlète de l'année 83-84 au même endroit pour ses performances au niveau national; **Dany Potvin**, 16 ans, étudiant en secondaire V à l'école Polyvalente Paul-Hubert, athlète masculin de l'année en natation Est du Québec pour la saison 83-84 et membre de l'équipe du Québec Junior. Dans les traces de ces gros canons de niveau national, les Dauphins préparent une jeune et bonne relève: **Eric Dancause**, national Junior (Jeunesse Esso); **François Roux** également. Niveau Canadien Division 2: **Anne Hupé**, **Pierre Beaupré**. Il y a également des bouts de choux de 10 ans et moins dont il faut parler: **Jonathan Bolduc**, **Alexandra Tessier**, **Martine Bélanger**, **Isabelle Landry**, **Christian Daucause** et enfin plusieurs autres bons espoirs dans les groupes d'âge: **Sylvie Tremblay**, **Nathalie Bouillon**, **Jean-François Pelletier**, **Eric Landry**, **Stéphane Charron**, **Edouard Thériault** et plu-

sieurs autres qui devraient commencer à pointer dès la prochaine saison. Derrière ces succès, il faut bien comprendre l'importance du conseil de direction du club et de la nécessité d'un bénévolat dévoué de la

part des parents ainsi que de l'obligation d'avoir une équipe d'entraîneurs qui désire le succès des athlètes. Sur le conseil d'administration nous retrouvons l'équipe suivante pour la saison 1983-84, **Marcel-Guy Bélanger**, président, **Raymond Gasse**, vice-président, **Diane Johnston**, secrétaire, **Jean St-Cyr**, trésorier, **Raymonde Landry**, comité du Nageathon, **Danielle Dancause**, responsable des officiels, **Jean-Yves Ruest**, gérant d'équipe, **Lucie Dastous**, activités connexes, **Diane Pelletier**, publiciste. Le groupe des entraîneurs se compose de **Gilles Potvin** entraîneur en chef et des adjoints **Louise Vachon**, **François Plourde** et **Sonya Potvin**. **J.E. Gilles Potvin** Entraîneur en chef



Gilles Potvin, entraîneur en chef des Dauphins.



Ce groupe alors entraîné par Gilbert Laprise alignait des nageurs qui ont fait honneur aux Dauphins à plusieurs niveaux. On y reconnaît entre autres **Julie et François Dionne**, **Chantal Martineau**, **Bernard Landry**, etc. (Photo "Le Rimouskois", H.A.)

l'antiquité. Le poète gallo-romain Sidoine Apollinaire, évêque de Clermont-Ferrand, né à Lyon vers 430, consacre un de ses textes aux Jeux des barbares. Il y précise que si les Huns brillèrent au lancement du javelot, les Francs étaient imbattables à la nage. Ce sont les Anglo-Saxons qui, le 8 février 1858, organisèrent la première compétition internationale de ce sport à Saint-Kilda, près de Melbourne, en Australie. Quarante-huit ans plus tôt, le 3 mai 1810 plus précisément, le célèbre poète anglais, Lord Byron, alors âgé de vingt-deux ans, avait accompli ce qu'à l'époque on appelait un exploit extraordinaire en traversant en compagnie d'un ami, le détroit des Dardanelles entre Abydos et Sestos sur une distance de 1960 mètres. Huit ans plus tard, l'auteur de Manfred et Don Juan, devait à la suite d'un pari, nager durant 4h20 de l'île du Lido jusqu'à un îlot situé à proximité de Venise. A ses débuts, la natation sportive fut surtout de longue distance, domaine où en 1875, le capitaine Mathew Webb s'illustra lors de la première traversée de la Manche en 21h39. Puis avec la création des premiers clubs, diverses méthodes devaient s'imposer et donner naissance à la natation

1912, aux Jeux de Stockholm, que les femmes participèrent pour la première fois aux compétitions olympiques de natation. Un club à Rimouski L'idée d'un club de natation à Rimouski est apparue en 1960 quand on a construit la piscine St-Germain. On a formé une équipe de compétition au sein de laquelle figuraient une vingtaine de nageurs. On s'entraînait tôt le matin et également le midi durant les heures de relâche des activités du terrain de jeux de l'endroit. A cette époque, c'est Rémi Larose qui entraînait les jeunes nageurs et c'est lui qui peut revendiquer à très juste titre avoir été le père de la natation à Rimouski. Ses connaissances approfondies dans ce domaine allaient vite être mises à profit pour rapporter de très intéressants résultats chez les nageurs qui participaient à des rencontres régionales. Mais comme il était interdit aux filles d'accéder à la piscine du Cégep dans les années 1960-1967, le club ne pouvait fonctionner qu'en période estivale. En 1967, l'entrée des filles au Cégep allait ouvrir les portes sur la création d'un club dont les membres pourraient s'entraîner toute l'année. En l'année 1967, marquant le

réussissent d'excellente façon. Ce phénomène est en grande partie stimulé par le développement d'une image personnelle positive et à l'apprentissage du fait que pour réussir dans quoi que ce soit, il faut travailler très fort et cela inclut les études. Au moment où les plus âgés du club atteignent un niveau d'excellence en natation et produisent des travaux scolaires importants, ils ont appris à bien utiliser leur temps et à faire les sacrifices qui s'imposent afin de concilier les deux tout en respectant leurs obligations familiales et sociales. Citoyens de demain, nos Dauphins seront capables des efforts à fournir pour réaliser les tâches et pour surmonter les embûches du chemin de la réussite. A chaque niveau de son développement, le jeune membre du club est confronté avant tout à lui-même, à ses objectifs personnels, et aussi aux nageurs et nageuses de son âge. Il développe ainsi les qualités nécessaires pour affronter cette très grande compétition qu'est la vie. Performances au cours des années En terminant, permettez-moi de vous souligner les membres des Dauphins qui ont atteint le niveau national, c'est-à-dire le sommet de la

LE GROUPE

CLINIQUE DE SERVICE ET RÉPARATION D'OUTILLAGE

172 St-Germain Est, Rimouski

723-0777

CLIENT D'EXTÉRIEUR: 1-800-463-9002

RÉPARATION D'OUTILS DE TOUTE MARQUE, COMMERCIAL, INDUSTRIEL ET BRICOLEUR

VENTE DE FIN DE SAISON

KAYCAN LTÉE/LTD.

REVÊTEMENT EXTÉRIEUR DE VINYLE

Horizontal 8"
Horizontal D-4
Vertical

6695 (9 m²) Blanc

6795 (9 m²) Couleur

Aussi disponibles:

- Portes d'acier Stanley
- Revêtement d'aluminium
- Revêtement d'acier

Détaillants autorisés:

REVÊTEMENT GILLES ALBERT INC. STE-BLANDINE 735-2733	CONRAD CÔTÉ ET FILS ENR. LUCVILLE 739-4229
CONSTRUCTION BORATA INC. ST-FABIEN 869-2696	CONSTRUCTION MOCO LTÉE 325 2 ^e RUE OUEST RIMOUSKI 723-6249

ATTENTION!

offre renversante



Voici l'occasion de remplacer vos verres par une verrerie prestigieuse, signée Luminarc. Faites votre prochain achat de carburant chez un détaillant Esso participant et vous pourrez vous procurer ces verres à prix... renversants!

Vente limitée à 1 verre par achat de carburant.

**taxe en sus*

Commencez dès maintenant votre prestigieuse collection de verres à prix d'aubaine.

Avec vous, on va de l'avant.



Cé l'est



Le Club de sauvetage c'est Champion provincial en compétition et champion dans l'art de sauver des vies

Le Club de sauvetage du Cegep de Rimouski existe sous sa forme actuelle depuis trois ans même si la discipline est connue au Québec depuis sept ans.

En 1979, le Service national des sauveteurs organisait une compétition de sauvetage en piscine. Cette année-là, Rimouski forma une équipe afin de prendre part à cette rencontre regroupant toutes les régions du Québec. Il en fut de même en 1980 et 1981. Suzanne La-voie était alors responsable de ce groupe embryonnaire dans lequel on ne comptait que quatre ou cinq membres.

neur Ouellet. Ils étaient âgés entre 15 et 25 ans. Les principaux points de l'entraînement portaient sur les premiers soins, les situations d'urgence en piscine et sur l'entraînement physique.

Comme l'un des objectifs était de participer à la compétition provinciale, une sélection de six nageurs fut effectuée en vue du championnat qui eut lieu cette année-là (1982) à Ville Laval. Cette équipe remporta le titre. Ses six membres étaient Marc-André Audet, Louis-Martin Parent, Suzy Tanguay, Linda Saucier, Marie-France Lévesque et François Plourde et ils

rie-France Lévesque prit le troisième rang. L'autre, composé de France Proulx, Stéphane Morneau, Nathalie Dionne et Pascale Arsenault termina sixième sur 18.

En début de mars 1984, le championnat québécois eut lieu à Rimouski et le Club C'est l'Est y fut représenté par trois équipes. Celle formée de Jean-François Dubé, Mario Dufresne, Suzy Tanguay et Linda Saucier fut couronnée championne. Le groupe de Stéphane Morneau, Jean-Sébastien Parent, Marie-Claude St-Pierre et Guylaine Côté prit le sixième rang alors que celui de Pascale Arsenault, Nathalie Dionne,

cessaires à l'amélioration de l'efficacité lors d'un sauvetage, d'être en mesure de répondre comme il se doit à tout type d'urgence, d'être capable de secourir quelqu'un en détresse, que ce soit dans l'eau, sur la route ou ailleurs, de découvrir de nouvelles techniques de sauvetage, d'acquiescer une bonne condition physique et d'assurer une meilleure surveillance des bains et endroits publics.

Si l'on considère que chaque sauveteur au Québec exécute au minimum trois sauvetages par année et que chaque sauvetage représente possiblement une vie sauvée, il n'en faut pas plus pour affirmer qu'un sauveteur n'est jamais trop entraîné.

De plus, la formation très poussée en premiers soins, peut servir à d'autres endroits que les abords de la piscine. On n'a qu'à penser aux nombreux accidents de la route qui surviennent dans nos régions et qui nécessitent souvent de rapides interventions.

Chaque membre de l'équipe de sauvetage est un actif pour la société à cause de sa formation.

La participation à une compétition, qu'elle soit provinciale ou nationale, est l'aboutissement d'un très long entraînement et elle permet, de plus, aux sauveteurs de travailler sous un stress peu ordinaire, ce qui recrée en quelque sorte, les réactions d'une situation réelle.

Du fictif au réel

En 1984, les connaissances de Jean-François Dubé en sauvetage lui ont permis de sauver deux vies.

En mai il a effectué une réanimation pulmonaire à la piscine Paul-Hubert. En juin, il est allé secourir au Pic Champlain à St-Fabien un

individu en état de panique qui faisait de l'escalade.

La formation générale et approfondie acquise par ce sauveteur s'est alors faite sentir au niveau du réconfort moral et des premiers soins. Sans son intervention, ces deux personnes auraient sans doute péri.

Les connaissances en sauvetage serviront certes lors de compétitions mais c'est avant tout à des fins sécuritaires qu'elles seront le plus senties.

Qui sait si un jour quelqu'un parmi nous n'aura pas la vie sauve grâce à un sauveteur?

H.A.



Le sauveteur doit être capable de détecter rapidement les cas exigeant intervention. Ses connaissances en premiers soins contribuent souvent à sauver des vies humaines.

En 1982 s'opéra un changement de philosophie au sein du Service national des sauveteurs lequel devait coïncider avec une augmentation considérable en effectifs humains qui allaient s'intégrer à la nouvelle structure du club rimouskois, placé sous la tutelle du Cegep et de Bernard Ouellet.

Seize nageurs et nageuses se présentèrent à l'entraî-

compétitionnaient contre huit autres équipes.

Ce groupe se classa troisième à Saskatoon au championnat canadien.

En 1983 le Club de sauvetage prenait l'appellation "C'est l'Est" et il envoyait deux groupes de quatre nageurs au championnat provincial à Chicoutimi. Celui de Bernard Ouellet, Jean-François Dubé, Suzy Tanguay et Ma-

Louis-Martin Parent et Lise-Hélène Caron termina neuvième.

Comme performance et représentation, le club C'est l'Est prend place sur la plus haute marche du podium.

L'art de sauver des vies

Le but primordial de tout club de sauvetage est de permettre à tous les sauveteurs de piscine de pouvoir s'entraîner adéquatement, d'acquiescer les connaissances né-

MARC GOIROUX enr.
ARTISAN
ÉBÉNISTE

339 RIVARD
RIMOUSKI
G5L 7J6
724-8055

TRAVAUX D'ÉBÉNISTERIE
DE TOUT GENRE



Bernard Ouellet, entraîneur du Club C'est l'Est du Cegep de Rimouski.

au Salon **Vénus**

VENTE 1^{re} ANNIVERSAIRE

722-7707
21, ST-PIERRE, RIMOUSKI

LE ROI DE LA GOUTTIERE

GOUTTIÈRES ALUMINIUM SANS JOINT
VENTE & INSTALLATION

GARANTIE 20 ANS

ESTIMATION GRATUITE

GOUTTIÈRES C. BROCHÉ INC.
LUCEVILLE **739-3556**

MARC VIGNOLA

Gratuit 3 jours/2 nuits pour visiter nos condos!

CLUB VACANCES INTERNATIONAL

MONT STE-ANNE
Chalet 24, rue du Plateau
Beaupré, Qué. G0A 1E0
Tél.: (418) 827-5201

Projet d'investissement au Mont Ste-Anne

Magnifique condominium, foyer, tapis, grand luxe, avec vue sur le fleuve St-Laurent et l'île d'Orléans, piscine intérieure, piscine extérieure, bain sauné, salle de réception et de gymnastique, nombreuses pistes de ski alpin et de randonnée, terrain de golf de 18 trous et une piste cyclable.

Un propriétaire pourra se prévaloir du droit d'échanger gratuitement quatre (4) semaines par année dans plus de 500 projets en condominiums à travers le monde. Exemple: Floride, Hawaï, Mexique, Côte d'Azur, etc.; de plus, une excellente rentabilité sur la location.

Disponible: Appartements et chalets de 2 et 3 chambres à coucher.

COUPON RÉPONSE

RETOURNER À: **Guy Turgeon**
Club Vacances International
C.P. 550
Beaupré, Québec
G0A 1E0

Je suis intéressé de bénéficier du séjour gratuit de 3 jours et 2 nuits.

NOM: _____ ÂGE: _____ PROFESSION: _____

ADRESSE: _____ VILLE: _____

CODE POSTAL: _____ TÉL.: (rés.) _____ (bur.) _____

NOMBRE D'ENFANTS: _____

DATES DISPONIBLES: 1) _____ 2) _____ 3) _____

IMPRESSIONS DES ASSOCIÉS INC.

♥ *une équipe qui tient à coeur sa clientèle* ♥

Nous pouvons répondre à tous vos besoins en ce qui concerne la réalisation de: en-tête de lettres, enveloppes, dépliants, cartes d'affaires, chèques, volumes, affiches, journaux, circulaires, etc... et nous vous offrons également un service de laminage et de conception graphique.

**Venez nous rencontrer au
212 Cathédrale, Rimouski
723-2188 - 723-2487**



Le club de nage synchronisée Vivelo

Ses membres ont toujours assuré sa continuité

S'il est un club à Rimouski où la tradition a été perpétuée par ses propres membres c'est bien celui de la nage synchronisée, qui porte le nom de Vivelo depuis juin 1980. En effet, la continuité de ce groupe a toujours été assurée, année après année, par les demoiselles qui, au préalable, y avaient été formées. Aussi longtemps qu'il en sera ainsi, le Club Vivelo de Rimouski pourra espérer vivre pendant

zanne Eon, Jojo Carrier, qui était alors championne nationale, et Sylvie Fortier. Afin de propager une certaine image de cette discipline, elle donna de nombreuses démonstrations durant les heures de bain libre.

En 1972, le Cegep offrit une heure par semaine à la piscine de cette institution à la première vraie cellule de nage synchronisée à Rimouski dans laquelle on retrouvait, entre autres, Eve

adage on ne peut plus vrai pour Seena Blair qui, poussée par un désir de perfectionnement personnel et de diffusion de ses connaissances, a toujours pris les moyens qu'il fallait pour grimper dans l'échelle du savoir dans cette discipline. Souvent se rendait-elle à Québec pour participer à des séminaires sur la nage synchronisée ou pour passer d'un grade d'étoile à un autre.

lution du club se faisait alors sentir à plusieurs niveaux. Soixante-trois nageuses dont 24 débutantes jouissaient alors d'un enseignement échelonné de sept à 12 heures par semaine.

En 1980, quelques membres du club s'illustrèrent sur la scène provinciale. Hélène Lévesque fut d'ailleurs la première Rimouskoise à remporter un titre quand elle prit la première place lors d'une compétition de troisième étoile, le 3 mai pour ainsi remporter le trophée Micheline Dussault.

1980 marque aussi un tournant dans l'histoire du Club Vivelo, baptisé ainsi le 15 juin. Seena Blair tira sa révérence pour laisser à Maryse Rousseau le soin de prendre la relève.

En décembre de cette même année, Nathalie Lavoie et Johanne Dumais donneront une preuve éloquente du niveau atteint par le Club Vivelo en remportant le trophée Marthe Cyr en catégorie novice lors d'une compétition regroupant les meilleurs duos du Québec à Montréal.

Devant quitter la région pour poursuivre ses études, Maryse Rousseau céda sa place à Guylaine Dubé en

septembre 1981 à titre d'entraîneur en chef du Club Vivelo. De janvier 1982 à juin 1983, cette responsabilité fut assumée par Nathalie Lavoie puis depuis 1983 à juin 1984 par Nathalie Dumais.

Cette année, on a confié de nouveau à Maryse Rousseau le poste d'entraîneur en chef.

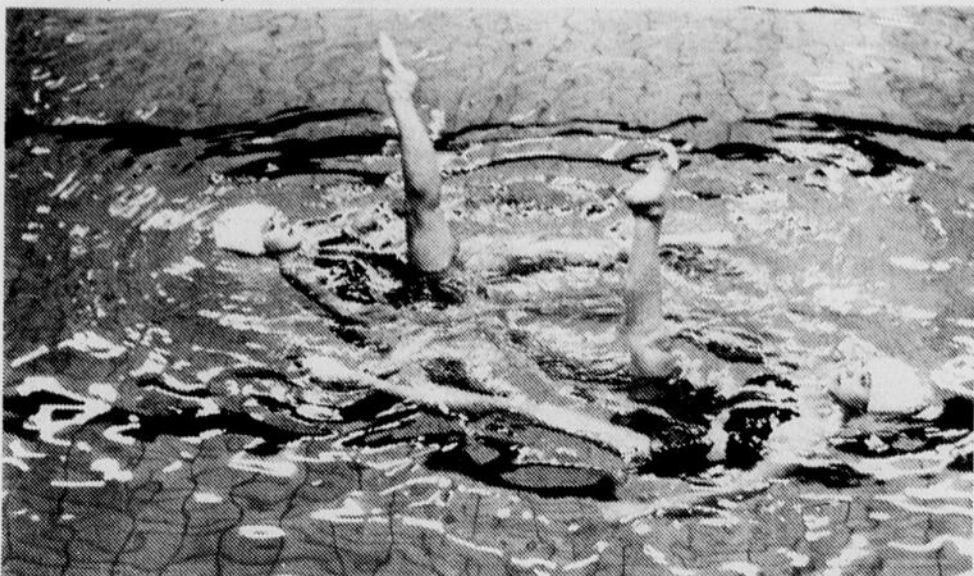
Une saison prometteuse

La saison 1984-85 du Club Vivelo promet énormément. D'abord on veut intégrer les adultes au sein du groupe et pour permettre cette intégration, des cours

leur seront donnés le vendredi de 18h00 à 19h00, le samedi de 19h00 à 21h00 et le dimanche de 16h00 à 18h00. A noter que les sommes sont les bienvenus.

Pour les nageuses détentrices d'étoiles, des cours de ballet jazz et de danse aérobie sont prévus en complément aux cours de nage synchronisée. De plus cette année, des cours axés sur la progression personnelle des nageuses seront également disponibles à toutes celles qui voudront bien en bénéficier.

H.A.



Johanne Dumais et Nathalie Lavoie ont gagné le trophée Marthe Cyr en duo en décembre 1980.

(Photo "Le Rimouskois", H.A.)

encore de nombreuses années.

La nage synchronisée est devenue officiellement sport olympique en 1984 et le duo canadien formé de Shelley Hambrook et Kelly Krizka a remporté la médaille d'argent à Los Angeles, quelques points seulement derrière les gagnantes de la médaille d'or.

L'idée de lancer la nage synchronisée à Rimouski date de 1968. Rémi Larose, figure très connue dans le domaine du ski et de la natation, rencontra Seena Blair, alors membre du club de natation. Passionnée qu'elle était de la danse, cette dernière alla suivre avec Esther Michaud une série de cours de nage synchronisée à Québec, ce qui allait lui permettre de décrocher le grade de première étoile.

En 1970, mille Blair participa à une deuxième clinique, à Rivière-du-Loup cette fois, en compagnie de Su-

zanne Eon, Jojo Carrier, brillante, Lise Nadeau, Louise Malenfant, Suzanne Lavoie et Danielle Filiatrault.

En 1973 on sentit un certain engouement envahir un noyau de nageuses formé de Jocelyne Labonté, Maryse Rousseau, Nathalie Lavoie, Nicole Plante, Mireille Nadeau, Cécile Boivin et quelques autres. A partir de cette période, la nage synchronisée prenait définitivement racine à Rimouski et l'effet d'entraînement provoqué par ses membres d'alors allait inciter de nombreuses autres nageuses à rejoindre les rangs du club.

En 1974, Lise Ouellet, éducatrice physique, vint se joindre à Seena Blair et une première clinique de première étoile fut dispensée au Cegep par Fernande Dionne de Montréal.

En 1975, on enregistrait le club qui comptait alors 20 membres.

Cent fois sur le métier remettez votre ouvrage, un

En 1976, le club de nage synchronisée comptait deux groupes de première étoile, un groupe de deuxième et un autre de troisième. Ces nageuses commençaient alors à s'illustrer en compétition et Seena Blair n'était plus seule à pouvoir enseigner cette discipline. Quatre autres demoiselles étaient maintenant aptes à former les jeunes nageuses du club.

En 1977, le club comptait 40 membres et quelques nageuses avaient déjà atteint la quatrième étoile. Cette année-là fut monté un premier spectacle clôturant la saison et un nouveau club vit le jour à Matane.

En 1979, un comité de parents ayant pour mission de seconder l'entraîneur Seena Blair fut mis sur pied. L'évo-



Nathalie Lavoie et Maryse Rousseau, deux chefs de file du Club Vivelo. (Photo "Le Rimouskois", H.A.)

LIVRAISON À DOMICILE ET LIQUEUR PEPSI GRATUITE

AVEC ACHAT DE 6,00\$ ET PLUS



METS CANADIENS, CHINOIS ET ITALIENS

AU P'TIT BEDON

478 ST-GERMAIN OUEST, RIMOUSKI

723-6876

RESTAURANT OUVERT 24 HEURES

Batteries à l'huile "THERMO"

Des représentants de la compagnie Thermo Batteries Canada Inc. seront sur place pour vous démontrer la supériorité des fameuses batteries à l'huile pour autos, camions, tracteurs etc.

Des rafraîchissements et amuse-gueule seront servis sur place.

SAMEDI
22 SEPTEMBRE
À COMPTER DE 13 HRS
SESSION
D'INFORMATION

SUR NOS RÉVOLUTIONNAIRES

BATTERIES À L'HUILE THERMO



SPÉCIAL CLINIQUE

10%

de rabais si vous achetez (sur place) une batterie Thermo

CO-OP CADIEX

355, AVE LÉONIDAS RIMOUSKI, QC G5M 1A1

Tél.: 418-723-2216
1-800-252-9030

CO-OP DE RÉPARATION DE CAMIONS DIÉSEL CADIEX DE RIMOUSKI

Batteries à l'huile "THERMO"

ASSURANCE

ALAIN RIOUX

422 BOUL. JESSOP, RIMOUSKI-EST
Assurance-incendie à protection économique.

Tél.: 724-4931

Clinique Dentaire

Dr. Pierre Couture dmd
125 Evêché Ouest

Heures d'affaires:
8h30 à 18h30 lundi au jeudi
8h30 à 16h00 vendredi

Pour rendez-vous et urgence:
724-9192



Steinberg t'es à mmhanger!



Donner à la Société
pour les enfants
handicapés
du Québec

DES SPÉCIAUX À 99¢ Tu es imbattable!



**SOUPES
HEINZ
AUX TOMATES
OU
AUX LÉGUMES**
BTE DE 284 mL

3/99¢



**POMMES DE TERRE FRITES
SURGELÉES
LES FERMES CAVENDISH
COUPE AU CHOIX**
SAC DE 1 kg

99¢



**JUS DE LÉGUMES
GARDEN COCKTAIL OU
COCKTAIL TOMATES
ET PALOURDES**
E.D. SMITH
POT DE 796 mL

99¢



**FRIANDISES CHOCOLATÉES
NEILSON — JERSEY MILK, MALTED
MILK, MR. BIG, MT. CARAMEL, CRISPY
CRUNCH, TREASURES OU CERISES**
SAC DE 144 A 184 g — 4 TABLETTES

99¢



**EAU DE JAVEL
CONCENTRÉE
LAVO**
BIDON DE 3.6 LITRES

99¢



**PAPIER
HYGIÉNIQUE
ÉLÉGAN
AMANDE
OU BLANC**
PQT DE 4 ROUL.

99¢

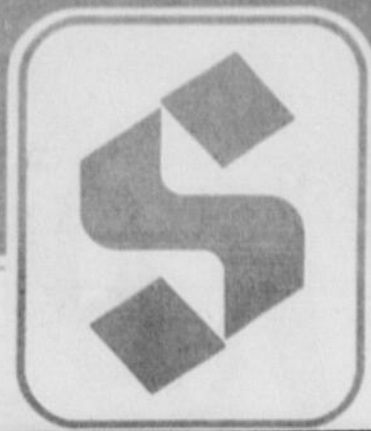
VOTRE SUPERMARCHÉ DE CHOIX

Prix en vigueur du lundi 17 septembre au samedi 22 septembre 1984, inclusivement.

NE RATEZ PAS NOS SPÉCIAUX A 99¢ DANS NOTRE CAHIER PUBLICITAIRE DE CETTE SEMAINE!



Steinberg
t'es à mmmanger!



**TES PRIX ME TIENNENT EN HALEINE
JOUR APRÈS JOUR!**

DÉSOLÉS, LIMITE DE 3 CAISSES PAR CLIENT.

BOISSON GAZEUSE
ICE CASTLE, SODA À L'ÉPINETTE, SODA À L'ORANGE, NECTAR, COLA, SODA GINGEMBRE, RACINETTE, SODA MOUSSE OU SODA CLUB
POT DE 24 BTES DE 284 mL

3⁹⁹

CIGARETTES TOUTES MARQUES POPULAIRES — FORMAT ORDINAIRE OU FORMAT KING
CARTOUCHE DE 200

AVIS SANTÉ ET BIEN-ÊTRE
SOCIAL CANADA CONSIDÈRE QUE LE DANGER POUR LA SANTÉ CROÎT AVEC L'USAGE — ÉVITER D'INHALER

*DÉSOLÉS, LIMITE DE 2 CARTOUCHES PAR CLIENT.

12⁹⁹

THON PÂLE EN MORCEAUX
CLOVER LEAF ORDINAIRE OU EN EAU NATURELLE OU ÉMIETTÉ
BTE DE 184 g

99^c

SACS À ORDURES GLAD

40
sacs à ordures
BOUTEILLES BÉQUANTES

4⁹⁹

CATELLI
MACARONI

PÂTES ALIMENTAIRES CATELLI
SPAGHETTI SPAGHETTINI OU MACARONI COUPE
BTE DE 1 kg

99^c

BROCOLI
PRODUIT DU QUÉBEC
GROSSEUR 14 — PIÈCE

69^c

CRÈMES-DESSERTS PRÊTES À SERVIR
LAURA SECORD
RIZ OU TAPIOCA
BTE DE 425 g

99^c

LONGE DE PORC FRAIS
BOUT DES CÔTES
ENVIRON 1.5 kg

260 /kg
118 /lb

CANTALOUPS DE LA CALIFORNIE
PRODUIT DES É.-U.
CANADA NO 1
GROSSEUR 18 — PIÈCE

69^c

SAUCE POUR SANDWICHS CHAUDS
HABITANT
BTE DE 398 mL

2 / 1⁰⁰

LONGE DE PORC FRAIS
BOUT DU FILET
ENVIRON 1.5 kg

304 /kg
138 /lb

CHAMPIGNONS DE CULTURE CANADIENNE
CONTENANT D'UNE CHOPINE

1²⁹

CARRÉS AUX DATTES

CARRÉS AUX DATTES STEINBERG
450 g

1⁹⁹

GIGOT D'AGNEAU FRAIS

791 /kg
359 /lb

RAISINS ROUGES TOKAY
DE LA CALIFORNIE
PRODUIT DES É.-U.
CANADA NO 1

218 /kg
99^c /lb

ROULÉ À LA GELÉE DE FRAMBOISES
STEINBERG
340 g

1¹⁹

ÉPAULE D'AGNEAU FRAIS
EN RÔTI OU EN TRANCHES

571 /kg
259 /lb

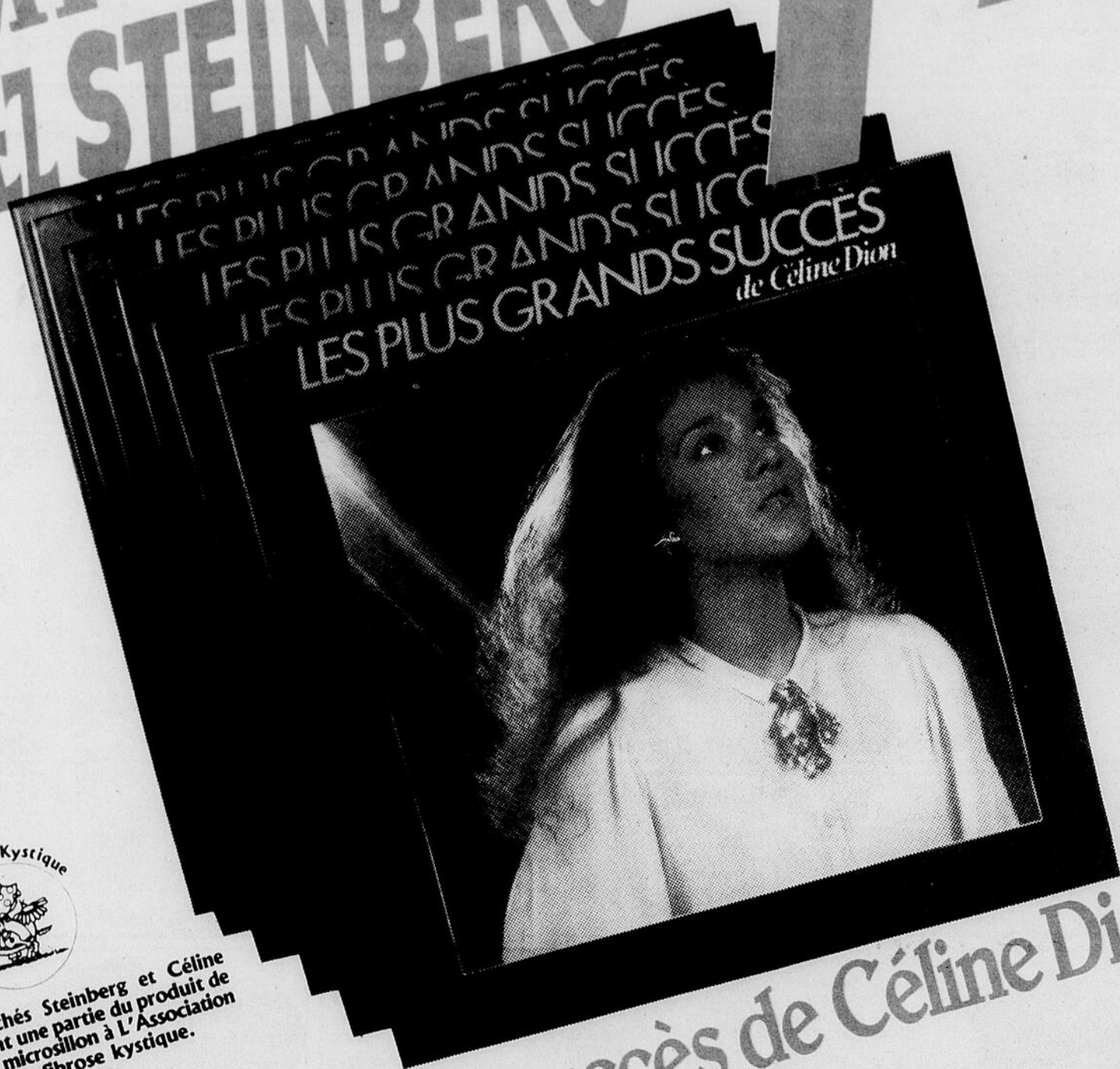
VOTRE SUPERMARCHÉ DE CHOIX

Les articles annoncés dans ces pages sont en réclame aux supermarchés situés dans la ville principale de diffusion de ce journal et sa proche banlieue. Les conditions climatiques peuvent influencer la quantité et la qualité de nos approvisionnements en fruits et légumes. Cependant nous tenons à vous garantir en tout temps le meilleur choix disponible sur le marché. Il se peut également que certaines illustrations soient prises à titre indicatif seulement et ne correspondent pas exactement à l'article annoncé. Pas de vente aux marchands. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Le texte prévaut en tout temps. Si un supermarché est à court d'un produit annoncé, veuillez demander un bon de garantie au comptoir d'information.

NOUVEAU



En exclusivité!
CHEZ STEINBERG 7 99

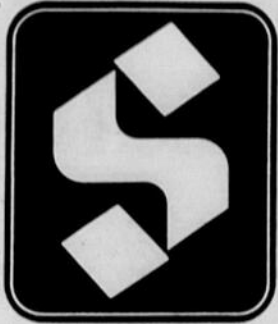


Les supermarchés Steinberg et Céline Dion remettent une partie du produit de la vente de ce microillon à l'Association québécoise de la fibrose kystique.

Les plus grands succès de Céline Dion.

STEINBERG
VOTRE SUPERMARCHÉ
DE CHOIX





LE SUPERMARCHÉ DE CHOIX

Les articles annoncés dans cette page sont en réclame au supermarché de Rimouski jusqu'à la fermeture samedi prochain. Pas de vente aux marchands. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Si un supermarché est à court d'un produit annoncé, veuillez demander un bon de garantie de prix au comptoir d'information.

131, La Grande Place, Rimouski

EAU DE SOURCE

"Steinberg"
Format 4 litres

99¢

DÎNER MACARONI

"Kraft"
Bte 227 g



49¢

JUS DE POMMES

"Steinberg"
Bte 1.36 litre

109

CRAQUELINS

"Steinberg"
Bte 450 g

159



Club des Maîtres-Nageurs

Une structure d'accueil idéale pour les adultes

Depuis quelques années, on denote un accroissement de l'intérêt des adultes pour la natation. Plusieurs facteurs stimulent cette participation massive. Mentionnons d'abord le besoin de garder sa condition physique ou de l'améliorer, ensuite l'occasion de se détendre dans un groupe à l'intérieur d'un programme structure.

Le Club des Maîtres-Nageurs s'adresse aux adultes, hommes ou femmes, qui désirent augmenter leur endurance dans l'eau et améliorer certaines techniques. Bien que l'on vise certaines performances, la compétition entre les nageurs n'est pas un objectif. Seulement les personnes qui le désirent participent à des rencontres amicales qui sont peu nombreuses.

Le Club des Maîtres-Nageurs de Rimouski Inc. compte environ quatre-vingt-dix (90) membres qui nagent tous les soirs (sauf le samedi) à la piscine de l'école Paul-Hubert. Il est à noter qu'il existe un réseau provincial des maîtres et chaque



Le Club des Maîtres-Nageurs de Rimouski existe depuis sept ans à Rimouski. Il est affilié à la Fédération de natation du Québec depuis quatre ans.

personne membre, lorsqu'elle voyage, peut nager dans les différentes piscines du Québec. L'âge moyen du nageur est d'environ 30 ans, et les membres se partagent environ à 40% de femmes et 60% d'hommes.

Plusieurs activités spéciales sont organisées comme le kilomètre-santé, le nage-thon-heure, la descente du St-Laurent, etc. Aussi certaines soirées sociales sont organisées tout au cours de l'année.

Une nouveauté cette an-

née: en novembre et en avril auront lieu des compétitions par correspondance entre les divers clubs des maîtres des 10 provinces. Pour plus d'information, on peut communiquer avec Laurent Fortin à 724-3479.

C'EST LE TEMPS DES EPLUCHETTES
Venez vous approvisionner sans tarder.

BLÉ D'INDE SUR ÉPIS	1²⁵	douz.	6⁰⁰	6 douz.
----------------------------	-----------------------	-------	-----------------------	---------

Pour vos conserves tomates vertes et betteraves

723-2881

419, Boul. du Sommet est, Rimouski

GARAGE Ross & Frères
PIECES D'AUTOS USAGÉES
Ste-Angele 775-3100

• Moteurs • Radiateurs • Transmissions
• Alternateurs • Démarreurs • Différentiels
• Etc...

Harold Ross, prop.
R.R. no 1, Ste-Angele de Mérici

Nous possédons plus de 400 voitures démontées.
N.B.: NOUS AVONS UNE GARANTIE DE 30 JOURS SUR TOUTES NOS PIÈCES.
Achetons voitures usagées ou accidentées.

MARIO ROY, A.V.A.

284 rue Potvin, Rimouski
Bur. 723-6408
Rés. 723-4771

Service complet en assurance

- vie et rentes
- collective
- générale

Coopérants

SOUSCRIRE À LA FONDATION POUR MIEUX GUÉRIR DANS SA RÉGION!

Quelqu'un ou quelqu'une de vos parents ou de vos amis vient de vous quitter et vous désirez exprimer de la façon la mieux appropriée vos profonds regrets à la famille.

Quoi de plus indiqué, afin de perpétuer la mémoire d'un être cher, que de verser un don à la Fondation du Centre hospitalier régional de Rimouski? Les fonds que recueille cette Fondation servent à doter le centre hospitalier des services et des équipements qui faciliteront davantage l'accessibilité de tous les malades à un diagnostic précis et à des soins de qualité, dispensés dans leur propre région.

Reclamez dans les foyers funéraires LA CARTE DE CONDOLEANCES de la Fondation du Centre hospitalier régional de Rimouski, ou faites parvenir votre souscription à l'adresse suivante:

FONDATION DU CENTRE HOSPITALIER REGIONAL DE RIMOUSKI
150, avenue Rouleau
Rimouski (Québec) G5L 5T1

DES PRIX POUR TOUS LES BUDGETS

QUAND ON DÉSIRE LES CONSEILS DE PROFESSIONNELS

<p>PATINS "BAUER" (Suprême 100) 169⁹⁷</p> <p>PATINS "Micron" (Métallic Gold) 169⁹⁷</p> <p>PATINS "Micron" (Métallic Silver) 129⁹⁷</p> <p>PATINS "BAUER" 99 124⁹⁷</p> <p>PATINS "BAUER" No 90 (Junior) 79⁹⁷</p>	<p>BOTTES KODIAK SPÉCIAL</p> <p style="font-size: large; font-weight: bold;">59⁹⁷</p> <p>SPÉCIAL HOCKEY</p> <p style="font-size: x-small;">Sherwood ou Canadien</p> <p style="font-size: large; font-weight: bold;">9⁹⁷</p>
---	---

PATINS "BAUER" ou Micron"

Pour jeunes à partir de **39⁹⁷**

VISEZ LE MEILLEUR CHOIX

Nous sommes dépositaire des anoraks "Chlorophyle".

Présentement disponibles: Les munitions "Fédéral".

VISA

MasterCard

Plan mise de côté

GENDRON SPORT

104 ST-GERMAIN EST, RIMOUSKI TEL.: 724-2011

Natation sportive

Ce programme qui est offert présentement à la piscine Paul-Hubert à raison de deux fois par semaine, le samedi et dimanche matin, s'adresse aux jeunes de moins de 18 ans sachant nager ou ayant acquis le niveau "bleu" décerné par la Croix-Rouge. La clientèle actuelle varie entre sept et 16 ans.

Il s'agit en somme du programme Natation Canada Esso qui comporte une série de 14 récompenses individuelles qui soulignent tant les résultats atteints que les efforts déployés par les participants.

Chaque jeune peut ainsi obtenir 10 des 14 récompenses même s'il ne nage pas vite. En somme, ce programme ne retient pas comme priorité ce facteur essentiel de compétition qui est la vitesse mais accorde une grande importance à la condition physique. Quatre des 14 récompenses individuelles sont ainsi consacrées essentiellement à l'entraînement d'endurance.

Programme

Les nageurs et nageuses regroupés par force et affinité, apprendront dans ce programme les quatre styles de nage de compétition qui sont le papillon, le dos, la brasse et le "crawl" style libre; ils apprendront aussi les départs et les virages de chacune de ces nages, les échanges de relais, soit tout ce dont ils ou elles doivent savoir pour accéder à un club de compétition.

En résumé, certains viendront nager seulement pour maintenir leur condition physique et pour se divertir tandis que d'autres y trouveront le goût et la technique nécessaires pour accéder à la véritable compétition, organisée et promue par le Club les Dauphins de Rimouski.

Historique

"Natation sportive" est du fait le programme Natation Canada Esso qui a été élaboré en 1982 par l'Association canadienne de natation amateur en collaboration avec la Croix-Rouge canadienne, la Société royale de sauvetage du Canada, le YM-CA et le YWCA, en vue de compléter les programmes déjà offerts dans le milieu.

Le programme "Natation sportive" va de l'avant et tout jeune intéressé à s'y joindre peut contacter sa responsable, Louise Vachon à 724-6697.

Bienvenue

Louise Vachon



NETTOYAGE DE TAPIS

Nouveau procédé: applicateur anti-saleté

- Décapage de planchers
- Nettoyage de fauteuils
- Nettoyage de matelas
- Lavage de murs et de vitres
- Intérieur d'auto
- Équipement ultra-moderne
- Commercial et résidentiel
- Estimation gratuite

CONCIERGERIE
GERVAIS GENDREAU
724-3960



SOYEZ PRÊT POUR L'HIVER

Participez au concours

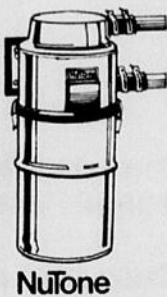
A LA RECHERCHE DE L'EXCELLENCE

(voir détails en magasin)

Unité centrale pour système d'aspiration NuTone

Système de haute performance avec protection thermique. Moteur de 1,5 cv, 7,5 amp pour un usage plus économique. Ensemble complet et d'installation facile.

Seulement **237\$**
417095



NuTone



Ensemble à souder RO-NA

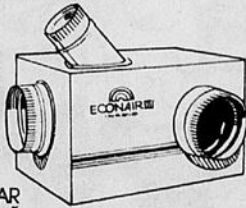
Comprend: le chalumeau à souder et un cylindre de propane d'une contenance en carburant de 400 g.

Seulement **897**
1347001

L'Econair 25 de Venmar

L'Econair 25 est un nouveau système de ventilation continue, motorisé et contrôlé par humidistat. Utilise un minimum d'énergie. Garantie d'un an.

Seulement **333\$**
909102



VENMAR

Isolant thermique Rose Fiberglas

Isolant de fibre de verre sans coupe-vapeur. R20 6" x 23". Couvre environ 76 pi carrés.

Seulement **2388**
1533019



Cheminée Sécurité 7"

Cheminée préfabriquée en acier inoxydable qui peut résister à des températures de plus de 2100 degrés F. Idéale pour poêle à combustion contrôlée. Garantie de 10 ans. Longueur de 36". Modèle S-2100.



Seulement **5988**
944119

Cheminées Sécurité Ltée

Adhésif Mulstic 89 de Mulco

Adhésif 4 saisons à base de caoutchouc et de solvants pour coller les panneaux de polystyrène ou autres panneaux isolants rigides. Contenant de 4 litres.

Seulement **1288**
687012



Tuyau de poêle GSW

Calibre 24. Fini noir. Peinture à l'épreuve du feu et de la chaleur. 24" x 7".

Seulement **588**
127011



Scellant Mulco 20 ans

Pour vos travaux de calfeutrage extérieur. Durabilité et qualité supérieures. Contenant de 300 ml. Blanc.

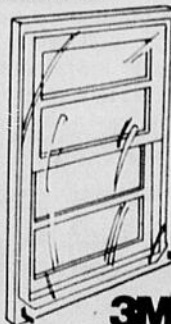
Seulement **277**
687038



Trousse 3M pour isolation des fenêtres

Pellicule transparente comme du verre. Isole contre les courants d'air froid et aide à prévenir la formation du givre. Installation facile. Couvre 5 fenêtres de 91 cm x 1,52 m (3' x 5').

Seulement **1188**
209204



Les détails des illustrations peuvent varier. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités.



Seul un bon nageur se livre à la plongée sous-marine. La Croix-Rouge vous aidera à améliorer vos habiletés de nageur.



On fait les choses en grand!

PRIX PAYEZ ET EMPORTEZ du 10 au 29 septembre 1984.

L'ARGENT CLÉ L'argent passe-partout! Que vous obtenez lorsque vous achetez au comptant et emportez.

LE RENO VATEUR

RONA

RIMOUSKI • 411, rue Sirois • 723-0141



Le Club l'Empress L'exploration de nos régions... sous l'eau

Le Club de Plongée sous-marine a été fondé en 1977 par un groupe d'amateurs désireux de se donner plus de services. Le club concentre ses activités surtout dans le fleuve dû à la faune et à la flore abondantes qui s'y trouvent. Malgré une eau froide, une visibilité souvent limitée et des courants forts, la plongée revêt un caractère exceptionnel. Les fonds sous-marins de la Côte-Nord, du

Bas St-Laurent et de la Gaspésie sont des lieux de prédilection pour pouvoir observer et comprendre ce niveau de vie.

Parmi les sites les plus fréquentés, les Escoumins offrent un spectacle inoubliable. On y retrouve une bonne visibilité. Une transparence de 10 mètres et plus permet une grande pénétration de la lumière. La circulation de l'eau est primordiale tant

dans le sens horizontal (courants de surface) que dans le sens vertical (courants de fond) pour que se développent les micro-organismes nécessaires à la chaîne alimentaire.

Le littoral de la Gaspésie offre en plusieurs endroits des conditions optimales. Les courants froids du golfe et du fleuve St-Laurent conjuguent leurs efforts avec certains courants de fond. Les vagues sont moins

fortes que sur la côte Atlantique. Que ce soit sur l'épave du Germanicus (Ile Biquette) ou sous les parois des Islets (Les Méchins), il est possible d'observer toute une merveilleuse faune sous-marine.

Depuis l'an passé, le club a modifié son nom pour devenir le Club de plongée sous-marine Empress de Rimouski Inc. Plusieurs membres ont concentré leurs efforts sur cette superbe épave qui attire tant de

plongeurs. L'Empress of Ireland constitue l'attraction première par son histoire et tous les secrets qu'il garde au fond des eaux.

Le Club l'Empress organise différentes activités de plongée: plongée sous glace, plongée de nuit, descente de la rivière Rimouski, concours d'endurance sous l'eau, etc. Le club participera à la course au trésor qui aura lieu aux Escoumins les 19, 20 et 21 octobre.

Durant la semaine de la natation, il sera possible, à tous les adultes, de venir faire des "bulles sous l'eau" gratuitement, le dimanche 30 septembre, de 10h00 à 11h00 à la piscine de l'école polyvalente Paul-Hubert. Les personnes désireuses de rejoindre le club ou de suivre des cours de plongée sous-marine peuvent communiquer avec Laurent Fortin à 724-3479 ou Laval Jean à 724-6250.



Prêts pour une autre plongée...



Le plongeon reviendra en force à Rimouski

La naissance du Club de plongeon de Rimouski remonte à 1972. Les principaux chefs de file de cette discipline furent Etienne Héroux et Jacques Lebrun, ce dernier agissant à l'époque comme entraîneur, le premier en tant que président.

régional et de nombreuses rencontres inter-clubs.

A partir de 1977, les cellulaires qui existaient dans notre région disparurent graduellement et le Club de plongeon de Rimouski devint par le fait même isolé, ce qui eut pour conséquence de ralentir sensiblement ses activités.

N'eurent été de la patience et du courage d'une poignée de bénévoles, la discipline serait disparue complètement. Compte tenu de la situation prévalant alors, le club orienta son action vers une participation à des compétitions provinciales ou interrégionales.

De 1980 à 1984, la présidence de la Fédération de plongeon amateur du Québec fut assumée par un Rimouskois, Donald Lachance, qui fit un travail remarquable et très apprécié.

Le plongeon et Sylvie Bernier

La victoire de Sylvie Bernier aux Jeux Olympiques de Los Angeles motivera certainement la restructuration du Club de plongeon de Rimouski. Tous les jeunes et moins jeunes intéressés à prendre part aux activités du club, parmi lesquelles sera offerte une série de cours à la piscine du Cégep le dimanche après-midi à 15h00

sont donc invités cordialement. Pour Plus d'information sur le sujet, on communique avec Bernard Ouellet à 723-1880.

La semaine nationale du 1er au 7 octobre

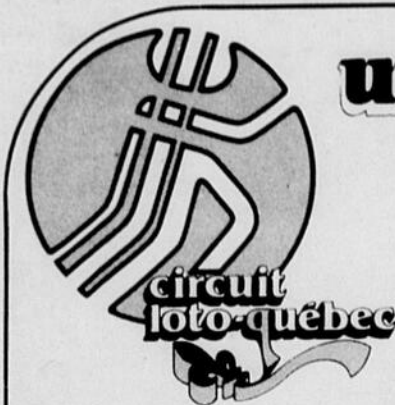
Cette année, la semaine nationale du plongeon aura lieu du 1er au 7 octobre, une semaine plus tard que la semaine nationale annuelle de la natation prévue du 23 au 29 septembre.

Quelques notes brèves

Le Club de plongeon de Rimouski a eu trois présidents depuis sa fondation en 1972. Ce sont Etienne Héroux (1972-76), Laurent Henry (1976-81) et Chantal Joannette (1981-83). Les entraîneurs du club furent Jacques Lebrun (1972-78), Dany Boulanger (1975-77), Pierre Raymond (1977-78), Elaine Isabelle (1978-79), Isabelle Allard et Dominique Alary (1979-80), Nadine Gagnon (1980-82) et Sylvie Lapointe (1982-83).

Parmi les athlètes ayant fait leur marque à l'intérieur du club, il faut mentionner Raynald Rouleau et Nadine Gagnon en 1978 et 1979, Isabelle Allard en 1978, Christian Gagné en 1980 et Stéphane Plante en 1981.

H.A.



**une fête
de famille**

**DIMANCHE
LE 23 SEPTEMBRE
1984**

**DEMI-MARATHON
DES OPTIMISTES**



Demi-marathon 21,1 km

10h00 Inscription: 6,00\$ (5,00\$ F.A.Q.)

Route familiale 1.6 km

13h00 Inscription: 1,00\$/adulte, 50¢/enfant

Course des Optimistes 5,0 km

13h30 Inscription: 3,00\$

Inscription, départ et arrivée à la Polyvalente Paul-Hubert à compter de 8h00.



**Récompenses pour les
100 premiers pré-
inscrits.
Nombreux prix de parti-
cipation.**

Formulaire d'inscription chez les marchands de sport, maisons d'enseignement et kiosques Loto-Québec.

**On y sera...
y serez-vous ?**





Pour vous prouver qu'il est payant de magasiner chez Kmart

Voici les aubaines des vendredi et samedi!

EPARGNEZ

20,95\$

T.V. CANDLE

12 PO.

AC-DC"

Rég. 119,95\$

SPÉCIAL

99⁰⁰

LIMITE 1 PAR CLIENT
QUANTITÉ DISPONIBLE
EN MAGASIN: 36

EPARGNEZ

1,88\$

CHOIX DE CASSETTES

"Atari"

Rég. 7,88\$

SPÉCIAL

6⁰⁰

LIMITE 2 PAR CLIENT
QUANTITÉ DISPONIBLE
EN MAGASIN: 300

EPARGNEZ

1,60\$

TERREAU TOUT USAGE

17.5 litres

Rég. 3,77\$

SPÉCIAL

2¹⁷

LIMITE 2 PAR CLIENT
QUANTITÉ DISPONIBLE
EN MAGASIN: 300

EPARGNEZ

4,99\$

PLANTE TROPICALE

Pot 10 pouces

Rég. 15,99\$

SPÉCIAL

11⁰⁰

LIMITE 1 PAR CLIENT
QUANTITÉ DISPONIBLE
EN MAGASIN: 150

EPARGNEZ

1,50\$

BAS SPORT POUR HOMMES

Paquet de 2

Rég. 3,97\$

SPÉCIAL

2⁴⁷

LIMITE 2 PAR CLIENT
QUANTITÉ DISPONIBLE
EN MAGASIN: 360

EPARGNEZ

5,00\$

POUPÉE AVEC CÔNE DE CRÈME GLACÉE

Rég. 19,47\$

SPÉCIAL

14⁴⁷

LIMITE 1 PAR CLIENT
QUANTITÉ DISPONIBLE
EN MAGASIN: 250



LE CARREFOUR RIMOUSKI
419 Boulevard Jessop,
RIMOUSKI

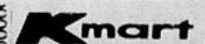
OUVERT lundi à mercredi de 9h à 18h
Jeudi et vendredi 9h à 21h - Sam. 9h à 17h

RÈGLES CONCERNANT LES SOLDES

Notre but premier est de donner toujours satisfaction à notre clientèle. Nous visons avant tout à combler toutes les demandes d'articles en solde dans nos magasins. Si pour des raisons indépendantes de notre volonté l'article demandé n'était pas disponible K mart vous remettra sur demande un bon d'achat spécial vous permettant d'acheter ultérieurement le même article au prix de solde annoncé. Sinon vous pourrez acheter un article de qualité comparable en profitant d'un prix réduit équivalent.

K mart Canada Limited

**PRIX EN VIGUEUR
VENDREDI ET SAMEDI
LES 21 ET 22
SEPTEMBRE 1984**



ACCÉPTE



La "Gymnastique aquatique" activité de prédilection pour la femme enceinte

De plus en plus, les gens reconnaissent les bienfaits de la pratique régulière de l'activité physique. L'activité physique s'avère être sans contredit un facteur essentiel à la santé.

De toute évidence, la femme enceinte a également besoin de maintenir un bon niveau de condition physique, non seulement dans le but de faciliter son accouchement, mais dans le but de vivre pleinement ses neuf mois de grossesse.

De nos jours, la femme réalise de plus en plus que la grossesse est une période agréable de la vie au cours

de laquelle elle peut très bien demeurer active.

La femme enceinte ressemble un peu à un athlète qui prépare une épreuve sportive et c'est grâce à des exercices appropriés que la femme pourra affronter la performance finale qu'est l'accouchement.

Le bien-être qui résulte d'une pratique quotidienne d'exercices rend la future maman moralement plus confiante et physiquement plus à l'aise. La femme aura plus d'énergie et ressentira moins de fatigue. Le système circulatoire fonctionnera de façon plus efficace et

la nouvelle force abdominale atténuera les maux de dos et aidera le travail et l'accouchement. Finalement, la femme récupérera plus facilement et retrouvera sa taille plus rapidement.

Actuellement, la femme qui attend un enfant peut se préparer adéquatement de diverses façons car plusieurs possibilités s'offrent à elle. Elle peut assister aux rencontres pré-natales organisées par le CLSC qui mettent l'accent sur les connaissances théoriques de la grossesse. La femme enceinte à également la chance de pratiquer en

groupes des activités adaptées à son état avec d'autres femmes qui vivent le même événement qu'elle.

A Rimouski, le service des sports du CEGEP offre aux femmes enceintes la possibilité de suivre un cours de gymnastique aquatique. Les femmes peuvent s'inscrire à ce cours dès le début de leur grossesse et poursuivre jusqu'au jour "J". La gymnastique aquatique s'adresse à toutes les femmes enceintes poursuivant une grossesse dite "normale".

La gymnastique aquatique est l'activité de prédilection pour les femmes enceintes car en plus d'augmenter la capacité cardio-vasculaire ainsi que l'endurance musculaire, elle atténue, par la flottabilité, l'effort exercé sur les articulations.

Dans l'eau, la femme enceinte éprouve le plaisir de se sentir allégée momenta-

nément de son poids. Elle exécute ses mouvements avec souplesse et facilité.

Le milieu aquatique a aussi l'avantage de faciliter la relaxation. Dans l'eau, les muscles s'allègent et semblent flotter individuellement donnant ainsi à la femme une sensation de légèreté. La femme pourra aussi pratiquer différents exercices respiratoires. Les exercices res-

piratoires permettent une bonne détente générale et un meilleur contrôle de soi, si essentiel pendant la grossesse et l'accouchement.

Si vous désirez avoir des informations concernant les cours de gymnastique aquatique pour futures mamans, vous pouvez communiquer avec Guylaine Feuiltault au numéro 723-6886.

Guylaine Feuiltault



Raymond Gasse, quatrième de gauche, est le coordonnateur régional de la semaine nationale de la natation. Robert Duchesne (Vivelo), Sonia Potvin (Dauphins), Maryse Rousseau (Vivelo), Diane Johnston (Dauphins), Laurent Fortin (Empress et Maitres-Nageurs), Bernard Ouellet (Sauvetage), Louise Vachon (Dauphins et Maitres-Nageurs) ainsi que Gilles Potvin (Dauphins) sont tous des collaborateurs qui travaillent à la réussite de cette activité où les sports aquatiques seront à l'honneur.

(Photo "Le Rimouskois", H.A.)

L'aqua-détente une forme de natation différente

La natation sous toutes ses formes, a pris beaucoup de popularité depuis quelques années. Elle aspire avec de plus en plus de succès à rejoindre les différents niveaux d'âge de la population. Toutefois, il faut prendre conscience que la natation n'est pas uniquement un sport. Refuser la natation, c'est différent de refuser par exemple le badminton ou le jogging, car elle nous donne avant tout l'opportunité d'être en contact avec un élément primordial de la nature: l'eau.

L'eau permet la flottabilité. Celle-ci nous dégage du poids de notre corps, ainsi nos mouvements sont effectués avec souplesse et libération.

Le contact avec ce milieu (piscine, lac, rivière...) est vécu chez plusieurs personnes avec peur, anxiété et maux. L'aqua-détente respecte la peur mais vise à la modifier et enfin à l'éliminer.

Par des exercices axés sur la respiration et le mouvement, l'aqua-détente cherche à faire relâcher la

musculature pour obtenir une détente. Également des exercices de souplesse, de créativité et des jeux de groupe favorisent l'aisance à l'eau. Évidemment, pour atteindre ces buts, cette pratique est faite en respectant le rythme de chacun en l'absence de toute compétition ou de performance.

Cette nouvelle forme de natation n'est pas exclusivement réservée aux personnes qui ont peur de l'eau. L'aqua-détente apportera aux nageurs de nouvelles façons de se mouvoir dans l'eau et cela sous le signe du plaisir et de la créativité.

En collaboration avec le P.E.P.S. du Cegep de Rimouski, Andrée Alain, animatrice à l'Eveil du Verseau, dispensera des sessions d'Aqua-détente cet automne à la piscine du A-108. Quelques places sont encore le mercredi à 12h00. Pour plus d'information, téléphonez à 724-5725.

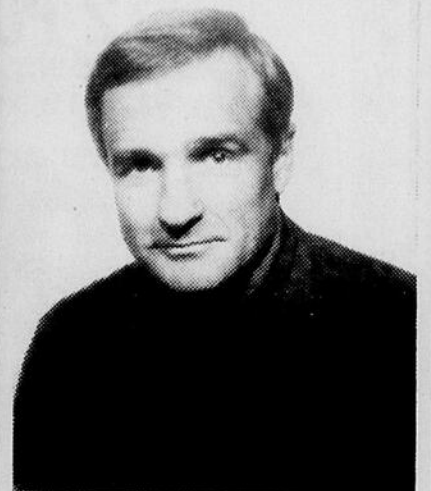
CONSTRUCTION CAROL CANUEL ENR.

Construction et rénovation résidentielles et commerciales

Spécialités: plafond suspendu - cloisons sèches

398 des Alouettes Rimouski **724-2045**

**GILLES MARTIN
UN SPÉCIALISTE
DE 22 ANS
D'EXPÉRIENCE
EN:**



**CARBURATION
MISE AU POINT
SYSTÈME ÉLECTRIQUE**

Auto, camion et équipement lourd, dépannage sur chantier.

Gilles vous invite à prendre rendez-vous avec lui ou venir le rencontrer à son propre atelier.

GILLES MARTIN AUTO ÉLECTRIQUE ENR.
603 Chemin Ste-Odile (près du 2e Rang, Rimouski, Route 232)

Garage 722-0255 Résidence 735-2674

**CLINIQUE
D'ACUPUNCTURE
DE RIMOUSKI**



HEURES D'OUVERTURE:
LUNDI, MERCREDI, VENDREDI DE 9H00 A 21H00

PLACE DIONNE,
135 DES GOUVERNEURS,
BUREAU S-6

724-2817



INC.

SEUL ET U.N.I.K.

Lubrifiants de qualité supérieure pour tout genre de véhicules

HUILE S.H.D. UNIVERSELLE

- Haute Performance. Long Millage
- Garanti 40,000 km. Défiant toute compétition

VENEZ NOUS VISITER AU

350 St-Jean-Baptiste Est, Rimouski, Qué. G5L 1Z1 **724-7818**

Cours de natation

Une popularité... non sans raison



Bernard Ouellet, responsable des programmes aquatiques, nous explique quels sont les facteurs qui font des cours de natation, l'activité physique la plus en demande chez la population rimouskoise et des environs.



Bernard Ouellet, responsable des sports aquatiques au PEPS.

DANIEL DOUCET

Près de 1 000 personnes inscrites en moins de 90 minutes

Le jeudi 6 septembre, se tenait la première journée d'inscription pour la session de cours de natation qui débutait le 17 septembre. Une équipe de 25 bénévoles fut mise sur pied. On s'attendait à recevoir de 500 à 600 personnes. Mais surprise, plus de 1 200 personnes se présentèrent au Cégep pour s'inscrire.

"On a quand même réussi à inscrire 900 personnes aux cours de natation et près de 200 aux autres programmes aquatiques. Compte tenu qu'un groupe est complet avec 12 inscriptions, il va sans dire que le nombre de groupes disponibles à cette première inscription devait diminuer rapidement, laissant plusieurs personnes encore sans groupe, malgré une longue attente à l'inscription, et nous nous en excusons", confiait Bernard Ouellet. Il va de soi qu'il s'agit tout de même là d'un record d'inscriptions à Rimouski, que même Michael Jackson aurait de la difficulté à battre sa vente de billets.

Bernard Ouellet, responsable des programmes aquatiques

Diplômé en éducation physique à l'Université de Trois-Rivières, Bernard est depuis deux ans responsable des programmes aquatiques au Cégep de Rimouski. Comptant sur son expérience de plus de 10 ans d'enseignement en natation, il a su relever le défi de restructurer tout le programme aquatique et de donner toute la place que se doivent d'avoir la natation et les autres activités aquatiques, parmi la multitude des cours et programmes d'activité physique et sportive offerts à la population rimouskoise et des environs. Une des principales réalisations fut la concertation établie avec le Service des loisirs de la ville pour éviter la concurrence directe et ainsi utiliser au maximum les trois bassins couverts de façon optimale, (deux au Cégep et un au Paul-Hubert).

De plus, Bernard s'est assuré d'avoir la collaboration de moniteurs (cours de natation) très qualifiés et expérimentés, devant au préalable, avoir reçu plus de 200 heures de formation. Un éventail élargi d'activités aquatiques

Selon Bernard, l'élargissement des programmes

aquatiques ajoute aussi beaucoup pour répondre aux besoins de plus en plus perçus chez la population. Nommons par exemple, la gymnastique aquatique et post-natale, les cours pré-nataux, l'aqua-détente, les cours de plongeon, le club des maîtres, la natation sportive, la natation pour l'Age d'or, les cours de plongée sous-marine, la nage synchronisée et le club les Dauphins, sans oublier évidemment, les bains libres pour tous et en longueur.

Et ce n'est pas tout, il y a parallèlement à cette programmation tout le programme de formation où sont donnés les cours de médaille de bronze, croix de bronze, moniteur adjoint, sauveteur national, moniteur de la Croix-Rouge, moniteur de la Société royale de sauvetage.

soins d'urgence aquatique et de réanimation cardiopulmonaire.

Janvier '83, 4 000 inscriptions... septembre '84, 1 500 inscriptions.

Selon M. Ouellet, le nouveau programme de natation de la Croix-Rouge avec une meilleure répartition des habiletés à acquérir dans chacun des niveaux de jaune à blanc y est pour beaucoup dans la popularité quant aux cours de natation. A cela, il faut ajouter le changement d'attitude des gens face à leur condition physique. Et comme la natation est excellente pour tous, jeune et moins jeunes au niveau cardio-vasculaire et musculaire, cela amène plusieurs personnes à pratiquer la natation. Bernard tient à ajouter à tous que la terre est au deux tiers occupée par l'eau. On veut de plus en plus conquérir cet élément, et l'on s'en sert plus que jamais pour la pratique de loisirs tel la planche à voile, la voile, le canot, etc. Un changement d'attitude et de comportement de la part de la population, une programmation de qualité, le travail plus qu'efficace d'une équipe de collaborateurs du Cégep, du Service des loisirs et de la polyvalente Paul-Hubert ayant pour but la promotion de la

santé et des activités aquatiques. Voilà certainement des causes directes qui expliquent les longues files de

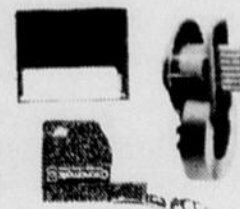
personnes désirant s'inscrire aux activités aquatiques du PEPS et du Service des loisirs à Rimouski.

RUBAN CORRECTEUR

Pour l'industrie, le bureau, choix complet de plus de 100 numéros différents.

Grand assortiment toujours à votre disposition.

Prix spéciaux pour quantités.



RUBAN A CORRIGER ES-100

Rég. 3.95\$

Spécial 2¹⁵

OLYMPIA ELECTRONIC Compact

Rég. 6.95\$

Spécial 3⁶⁹



SMITH CORRONA Correcteur

Rég. 6.99\$

Spécial 3⁸⁹

ROULEAU CALCULATRICE, RUBAN A DACTYLO, RUBAN CORRECTEUR ETC...

papeterie = GILBERT

6 EST, EVECHE - RIMOUSKI 723-2121

Horaire du PEPS

- Tournoi de golf des étudiants le 19 septembre en après-midi au Club de golf Bic.
- Début du calendrier régulier de la Ligue de football aux drapeaux le mardi 18 septembre avec un premier programme double qui débutera à 18h30.
- Début des cours de natation le lundi 17 septembre. Prochaine session de cours en janvier 85.

EN VENTE JUSQU'AU 29 SEPTEMBRE INCLUSIVEMENT.



Docteur Jean-Marc Brunet, n.d.

Bloc-notes santé!

La mastication

La mastication contribue chimiquement à la digestion des aliments grâce aux enzymes qui se trouvent dans la salive. Mastiquez lentement en broyant chaque bouchée de 20 à 30 fois avant d'avaler. Votre nourriture sera plus profitable et vous aurez tendance à manger moins.

ATHLÉTIQUE PLUS
Pour les gens actifs.
30 sachets 1 bte **14,99\$**
Prix rég.: 16,95\$ 2 btes **27,99\$**

VITAMINES C RABAIS DE 20%
Le Naturiste et Dr. Jean-Marc Brunet, n.d.

PHYTOBIL du Dr. Jean-Marc Brunet, n.d.
L'ami de votre foie.
100 ml 1 flacon **6,99\$**
Prix rég.: 7,95\$ 3 flacons **16,99\$**

MON GUIDE DE SANTE NATURELLE
du Dr. Jean-Marc Brunet, n.d.
La bible de la santé naturelle.
210 pages
Prix rég.: 9,95\$ **7,95\$**

OSMA PLUS du Dr. Jean-Marc Brunet, n.d.
Supplément de calcium pour la famille.
250 comprimés
Prix rég.: 11,95\$ **10,89\$**

GINSOL PLUS
Le Naturiste.
Deux aliments de santé: le ginseng et la gelée royale.
12 amp. de 10 ml 1 bte **9,99\$**
Prix rég.: 11,95\$ 2 btes **17,99\$**

FORMULE 5
Le Naturiste.
Fin mélange d'herbages pour la fin du repas.
25 sachets - rég. 3,89\$ **3,49\$**
100 sachets - rég. 12,45\$ **10,99\$**

VINAIGRE DE POMME
Le Naturiste.
Pomme concentrée, excellent pour la santé.
1 litre
Prix rég. 1,69\$ **1,49\$**

CAPSULES D'HUILE DE GERME DE BLE
Le Naturiste.
Appréciées des sportifs et travailleurs de force.
100 capsules
Prix rég. 6,45\$ **3,98\$**

NECTAR D'ALOËS
Un excellent jus de santé.
1 litre **11,80\$**
Nouveau format 4 litres **39,95\$**

CAFÉ DE CÉRÉALES
Le Naturiste.
Sucoédane de café, sans caféine.
170 g
Prix rég. 3,69\$ **2,98\$**

SUPER-ALIMENTS POUR VOTRE SYSTEME NERVEUX

LÉCITHINE 1200 mg Le Naturiste. Aucun colorant ou conservatif ajoutés. 100 capsules Prix rég. 5,15\$ 2,98\$	TISANE FORMULE 8 Ensemble de plantes soigneusement sélectionnées. 25 sachets Prix rég. 3,95\$ 3,49\$
SUPER B 250c Excellente source de vitamines B 250 comprimés Prix rég. 11,95\$ 10,89\$	EAU DE FLEUR D'ORANGER Concentré liquide d'une plante calmante. Prix rég. 2,88\$ 2,59\$
SUPER HERBO 12 La cure de désintoxication par excellence. Prix rég. 7,50\$ 5,99\$	

LA GRANDE PLACE RIMOUSKI

Il y a également des centres de santé Le Naturiste à:

Alma, Baie-Comeau, Beloeil, Boucherville, Chicoutimi, Coaticook, Lachine, La Tuque, La-Salle, Laval, Lévis, Longueuil, Magog, Montmagny, Pincourt, Pointe-aux-Trembles, Québec, Repentigny, Rouyn, St-Antoine-des-Laurentides, Ste-Foy, St-Georges-de-Beauce, St-Henri, St-Hubert, St-Hyacinthe, St-Jean, St-Léonard, Ste-Marie-de-Beauce, Shawinigan, Sherbrooke, Thetford-Mines, Val d'Or, Verdun, Victoriaville.

Ouverture prochaine: Jonquière

LE NATURISTE
Jean-Marc Brunet



En soccer, les Pionniers partent sur le bon pied

Après deux semaines d'entraînement sévère, la sélection des joueurs qui formeront l'équipe intercollégiale en soccer fut officialisée quelques jours avant le premier match disputé le dimanche 16 septembre à Matane, par le joueur-instructeur, Marco St-Pierre.

Voici les noms de ceux qui représentent le Collège de Rimouski dans la Ligue de l'Est du Québec: André St-Pierre, Robert l'Italien, Martin Brochu, Bernard

Forest, Yves Dumont, Francis l'Italien, Stéphane Plourde, Pierre Gagnon, Sylvain Turcotte, Christian Cyr, Nicolas Dionne, Gino Lévesque, Luc Bossé, Stéphane Lepage, René-Claude Bérubé, Gaston Bérubé, François Laporte et Marco St-Pierre.

La formation de calibre AA affrontera à tour de rôle des formations de Rivière-du-Loup, Matane et de l'UQAR dans un calendrier de six rencontres où l'obtention du championnat

collégial et de la qualification au championnat de division sera à l'enjeu.

L'an passé, c'est l'équipe de Matane qui avait enlevé tous les honneurs face à la formation rimouskoise. Tout s'était décidé lors du dernier match du calendrier régulier, alors que les Pionniers se devaient de l'emporter pour accéder au championnat de division mais durent quitter Matane avec malheureusement un match nul. Les joueurs des Pionniers voudront sûre-

ment faire oublier les déceptions de l'année dernière.

Une équipe plus équilibrée

De l'avis des joueurs eux-mêmes, la formation 84 semble être mieux équilibrée, comptant sur moins de "vedettes individuelles", mais sur un esprit d'équipe supérieur à celui de l'an passé. Le soccer étant un sport où le jeu d'ensemble est beaucoup plus important que le jeu

individuel, il devrait permettre à l'équipe du Cegep d'aspirer au Championnat régional qui sera présenté le 21 octobre prochain.

Deux défaites à Matane

Les Pionniers ont mordu la poussière à deux reprises en fin de semaine à Matane lors de l'ouverture de la saison du circuit intercollégial régional en s'inclinant 3 à 1 contre Rivière-du-Loup et 5 à 0 contre l'UQAR.

Ces deux défaites subies

à leurs deux premiers départs contribueront très certainement à amener les ajustements nécessaires au sein du Club les Pionniers.

La Croix-Rouge... c'est

le bénévolat.



CORRECTION

Dans notre circulaire "Solde à travers le Canada", il faudrait lire: classeur à 2 tiroirs à 54,77\$ ch. disponible en amande seulement. Nous nous excusons de cette erreur auprès de notre clientèle.

Kmart Canada Limitée

Intramural

La Ligue de football aux drapeaux reprend ses activités

Il y a 2 ans, personne au Cegep de Rimouski ne savait ce qu'était le Flag-football ou football aux drapeaux. Au cours de l'été 83, la Ligue de football aux drapeaux 50 de Rimouski vit le jour avec quatre formations et à l'automne de la même année, la Ligue de football aux drapeaux du Cegep avec six équipes. Lors de cette première saison dans ces deux circuits, les participants découvrirent une variante du football traditionnel, qui est tout aussi intéressante, sans les difficultés qui ont toujours été vécues au football à Rimouski. Ne mentionnons que le manque d'encadrement dont une véritable équipe de football

a besoin (ligue, personnel qualifié, etc). De plus, les jeunes, qui jouaient au football au Collège de Rimouski autrefois, arrivaient sans expérience et sans préparation physique. C'était un peu comme vouloir monter une équipe junior au hockey avec des joueurs n'ayant jamais chaussé une paire de patins. C'est normal il n'y a pas de football au niveau secondaire dans la région.

Malgré tout cela, un grand nombre de mordus voulaient avoir la chance de pouvoir lancer, attraper, courir avec un ballon de football. Voilà pourquoi le football aux drapeaux vit le jour au niveau civil comme au Cegep.

Six équipes dans la Ligue du Cegep

La ligue devrait offrir un calibre de jeu supérieur à celui de l'an passé, compte tenu de l'expérience qu'ont prise plusieurs des joueurs qui reviennent cette année.

Une des six équipes du collège est formée uniquement de joueurs provenant de l'Institut de marine, ce qui devrait amener une rivalité intéressante entre cette équipe et celles du Cegep. Certains se rappelleront des beaux jours des "Bleus de la Marine" lors des matches de la défunte Ligue de football du Cegep.

Quelle est la ligue la plus forte?

L'an passé, des éléments de la Ligue civile avaient affronté les meilleurs joueurs de la Ligue du Cegep et durent s'incliner face à ces derniers. Certains prétendent que la Ligue civile présente du jeu plus excitant et de plus fort calibre. D'autres le trouvent plus "physique". Pourtant le résultat du match de l'an passé pourrait indiquer que le calibre de jeu des équipes du Cegep est meilleur! Il y a sûrement possibilité de se

répondre à cette question cette année, avec le tournoi régional du 13 et 14 octobre

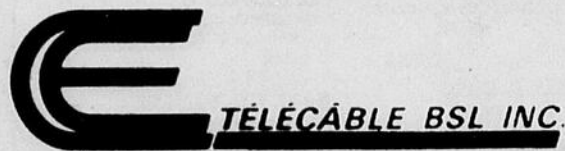
prochain, ou encore lors d'un autre match "d'étoiles". Le défi est lancé...!

JEAN BRISSON AU 4

C'EST TOUS LES JOURS DE LA SEMAINE À 12H15 ET EN REPRISE À 18H30



Une production de



En "théorie", il n'y a pas de contact au flag-football. Demandez-le à Jacques Lapointe, "J.C." de la Ligue civile.

CAMPAGNE DE FINANCEMENT

OBJECTIF 10 000\$




LE CENTRE D'ENTRAIDE DE RIMOUSKI

245 rue Michaud, Rimouski
P.Q. G5L 5Z7

POURQUOI UNE CAMPAGNE DE FINANCEMENT?

- Pour mettre sur pied des ateliers de couture et de tissage qui rejoindront les personnes à faible revenu et les personnes isolées.
- Pour assurer la stabilité du Centre en procédant à l'achat de la bâtisse.
- Parce que les revenus de la vente des vêtements ne permettent qu'à rencontrer les frais fixes: loyer - chauffage - taxes - etc.
- Parce que les prix des articles vendus doivent demeurer très bas pour répondre aux besoins des personnes financièrement démunies.

CONTRIBUTION À LA CAMPAGNE DE FINANCEMENT

NOM:.....


ADRESSE:.....


VILLE:.....CODE POSTAL:.....

MONTANT DE LA CONTRIBUTION:.....

UN REÇU POUR FIN D'IMPÔT OUI — NON

EXPÉDIER AU: **CENTRE D'ENTRAIDE DE RIMOUSKI**
245 rue Michaud, Rimouski P.Q. G5L 5Z7







RENAULT ENCORE
3 OU 5 PORTES

RABAIS DE 500\$

PRIX FIN DE SAISON. OBTENEZ UN RABAIS DE 500\$, SUR LE PRIX DE DÉTAIL SUGGÉRÉ À L'ACHAT D'UNE RENAULT ALLIANCE OU ENCORE.



RENAULT ALLIANCE
2 OU 4 PORTES



AMC | Jeep | RENAULT

AUTO F. ROUSSEAU INC.

414 ouest St-Germain 724-2392, 724-2375

SUPER VENTE D'INVENTAIRE

CHEZ MEUBLES JUDE ROSS DE MONT-JOLI

du 19 au 22 septembre inclus

Panasonic

TELECOULEUR PANASONIC 26" meuble

795\$

TELECOULEUR PANASONIC 20"

489\$

TELECOULEUR PANASONIC 14"

349\$

VIDEO VHS PANASONIC

589\$

MICRO-ONDES PANASONIC digital, plateau rotatif

449\$

MICRO-ONDES PANASONIC

359\$

1 MENAGE COMPLET

COMPRENANT: Mobilier de cuisine, mobilier de salon et mobilier de chambre usagés et un réfrigérateur 10 pi. cu. et une cuisinière 24" neufs.

LE TOUT POUR

2 195\$

White-Westinghouse

CUISINIÈRE 30" amande REFRIGÉRATEUR 11 PI. CU. sans givre, amande

L'ensemble **1 095\$**

1 ENSEMBLE

Réfrigérateur 10 pi. cu. et cuisinière 24" blanc

895\$ L'ensemble

1 ENSEMBLE CAUSEUSE ET FAUTEUIL style moderne Régulier 895,00 \$ **SPECIAL 499\$**

1 ENSEMBLE SOFA ET CHAISE style moderne Régulier 1 095 \$ **SPECIAL 599\$**

MATELAS ET SOMMIERS 54" **169\$** l'ensemble

STEREOS MODULAIRES LOYDS ET TOSHIBA

COMPRENANT: tape deck, table-tournante, radio AM/FM, caisses de son.

289\$

LOT DE MOBILIERS DE SALON modulaires 5 morceaux choix de couleurs **699\$**

2 MOBILIERS DE SALON style colonial **459\$** ch.

1 MOBILIER DE SALON MODULAIRE GRIS 5 morceaux "VICTORAMA" Régulier 2 150,00 \$ **SPECIAL 1 150\$**

CHAISE SUR BILLES

modèle 200

SPECIAL 74,95\$

TABOURET NON INCLUS



1 CAUSEUSE BLEUE

295\$

2 SOFA-LIT **SPECIAL 425\$** ch.

ENSEMBLES matelas et sommiers, tête et pieds de lit 39"

l'ensemble **199\$**

CHAISE SUR BILLES

EN ERABLE modèle 250

129,95\$



UN LOT DE BUFFETS ET HUCHES **30% de rabais**

1 LOT DE MOBILIERS DE CHAMBRE ET DE CUISINE **30% de rabais**

30%

LOT DE MOBILIERS DE SALON USAGES

75\$ - 125\$ - 150\$

POELE USAGE TEL QUEL

50\$

30%



Jude Ross inc.

SERVIMEUBLES

Jean-Yves Lévesque

Nous achetons et revendons des meubles usagés.

- Nous reprenons meubles usagés
- Livraison gratuite dans toute la province
- Plan mise de côté
- Service après vente

1545 boul. Jacques-Cartier, Mont-Joli, 775-4361



J'AI RIEN ENTENDU, RIEN DIT, RIEN VU!

PAR HUGUES ALBERT, DORIS LABONTE, PIERRE MORISSETTE

C'est bien vrai!

Ce n'est pas la raison qui instruit les imprudents, mais les pertes qu'ils font...

Une clinique de tennis tout à fait gratuite sera offerte aux adultes le mercredi 26 septembre de 10h00 à 11h00 le matin. Si vous êtes intéressés, communiquez au numéro 724-3269.

Le tournoi d'ouverture du Club des tennis intérieurs de Rimouski aura lieu les samedi et dimanche 22 et 23 septembre. Cette activité de simple et de double s'adresse aux hommes et aux femmes des classes A, B et C.

Le service des activités physiques et sportives de l'Université du Québec de Rimouski est heureux de vous annoncer qu'à compter du mois de septembre 1984, vous pourrez suivre des cours de "Break dancing". Ces cours seront donnés par M. René Ross, à la palestre de l'UQAR (G-215) le jeudi soir à 20h00 et ce, à compter du 27 septembre 1984. Vous pouvez obtenir plus de renseignements en téléphonant au service à la communauté de l'UQAR au numéro 724-1782.

Tous les responsables des équipes qui évoluaient l'an dernier dans la Ligue de dards Molson et ceux qui seraient intéressés à présenter de nouvelles formations cette saison sont invités à une importante réunion dans les locaux de la Brasserie Molson le mercredi 19 septembre à 20h00. La saison 1984-85 devrait se mettre en branle vers la mi-octobre.

Le Club Auto Sport de Rimouski avise les amateurs de slalom de la tenue d'une épreuve prévue le dimanche 23 septembre au terrain du Centre d'achats à Matane. Les inscriptions seront prises de 12h00 à 13h00.

Le Club de patinage de vitesse de Rimouski reprendra ses activités dans quelques jours. L'inscription se fera donc le jeudi 20 septembre, au Colisée de 18h00 à 20h00. Les coûts d'inscription pour toute l'année sont de 30,00\$/enfant et de 25,00\$ pour le second. Pour plus d'informations, on peut appeler au numéro 723-1841.

Les dirigeants du grand tournoi récréatif de volleyball, qui se tiendra les samedi et dimanche 29 et 30 septembre à la Polyvalente Paul-Hubert, informent toutes les personnes intéressées à y participer, qu'il ne reste que cette semaine pour faire parvenir vos inscriptions à Andrée Roy au numéro de téléphone 722-8347. Toutes les inscriptions devront être rendues à la responsable des inscriptions, le 21 septembre prochain. Déjà plusieurs équipes se sont inscrites et l'organisation du tournoi va bon train. Fait intéressant, des groupes de travail tels que Radio-Canada, Québec-Téléphone et Sométal se sont formés des équipes et ont confirmé leur participation. L'appel est donc lancé aux autres médias et grosses entreprises. On profite de l'occasion pour vous rappeler que toutes les catégories sont disponibles tant chez les équipes féminines, masculines, que mixtes, et que vous avez le choix de jouer le samedi, le dimanche ou bien les deux jours.

Le service des loisirs de la ville de Rimouski informe la population qu'il s'est glissé une erreur dans la publication du bottin de la programmation automne '84. En effet, à la discipline "Hockey mineur", le numéro de téléphone de monsieur Gratien Savard doit se lire comme suit: 724-6325.

Du nouveau au Pub à D'Gé. Depuis lundi, "Bernard Slouvak", jadis du Soir volant, prépare trois menus par jour à prix populaire. Il a un faible pour cuisiner les viandes et les poissons. Il prépare pour samedi un souper aux huitres qui débutera à 17h00. A cette occasion, la bière sera à prix spécial. Prochainement, Bernard nous servira des gueuletons de brochettes. A suivre... 722-9339 si vous désirez plus de détails...

Bonne chance à Richard Tremblay, David Redmond, Dominique Amyot, Vilmond Beaudin, Real Arsenault, Martin Blouin et Jorge Pinho qui prendront part dimanche au Marathon International de Montréal. Nous nous ferons un plaisir de vous communiquer leurs résultats dans notre prochaine édition.

La course à relais pour étudiants qui aura lieu dans le cadre du demimarathon des Optimistes, dimanche prochain, sera sûrement quelque chose à voir. Les coureurs qui y prennent part déploieront leurs plus belles énergies afin d'aider les équipes dont ils sont membres à triompher.



Les capitaines Marc-André Marquis, Richard Blais, Gilles Bouchard, Yvon Lévesque, Gilles Raïche, Daniel Dionne et Gilles Méthot forment avec Yvan Poirier, Gilles Labbé, Florent Vézina et Réal Beaupré, représentant le Bar chez Pull, le bureau de direction de la Ligue de quilles Molson du Centre civique. Les matches ont lieu le mercredi soir et la saison a débuté la semaine dernière.

(Photo Le Rimouskois, H.A.)

Le billet...

Ah! ces déclarations!

Equipe-Canada aura sauvé la face en remportant son important match de demi-finale face à l'Union Soviétique. Découragés de toute part par les amateurs de hockey canadiens, les hommes de Glen Sather ont patiné avec l'énergie du désespoir pendant quelque 72 minutes pour finalement disposer des champions olympiques de Sarajevo.

Mais dire que Equipe-Canada a sauvé la face serait quelque peu fort. Comment peut-on vaincre les champions du monde et ainsi sauver la face? Le Canada est une puissance mondiale au hockey tout comme l'Union Soviétique. Il est et sera toujours hasardeux que de prédire la victoire de l'une ou de l'autre des équipes.

Toutefois, suite aux défaites subies par Equipe-Canada face aux Russes et aux Suédois de même que le match nul "subi" contre les Américains avant les semi-finales, il était logique de penser à un gain des Russes sur le Canada. C'était sans compter sur la fierté nationale de nos porte-couleurs. C'est fort, la fierté. On n'avait qu'à regarder le gros John Tonellé étendu sur le dos, les bras en croix, après le but décisif marqué par Mike Bossy. C'était un soulagement, un grand soulagement. Non seulement pour les représentants canadiens, mais également pour

les Canadiens en général.

Eussent-ils subi la défaite, que les joueurs d'Equipe-Canada en auraient entendu parler très longtemps. On aurait alors parlé de "big shot", de gros salariés sans coeur. Le hockey canadien aurait subi son coup de grâce et tout le monde aurait parlé du "bouffon à Glen Sather". Coupe Canada serait morte de sa belle mort.

La déclaration de Thikinovo à l'effet que les joueurs soviétiques retourneraient dans leur pays immédiatement après le deuxième match de la finale en aura donc fouetté plus d'un. Il avait parlé à travers son chapeau. Il doit sûrement s'en mordre les doigts. Il s'agit là d'une déclaration facile qui n'a d'autre effet que de fouetter l'orgueil des adversaires. Auparavant, ces avancés étaient l'affaire des Canadiens. Comme quoi la victoire et la trop grande confiance peuvent vous faire dire des âneries.

Il n'y a pas que la victoire et la confiance qui font dire des âneries. A preuve, la déclaration de Derrel Thomas à propos du racisme qui trônerait chez les dirigeants des Expos de Montréal. Les joueurs noirs deviennent de plus en plus chatouilleux, dites-le! Derrell Thomas n'a jamais rien cassé dans le baseball majeur et ce n'est sûrement pas avec des déclarations du genre qu'il va augmenter sa valeur marchande et qu'il se fera des amis.

Bill Virdon lui a donné toutes les chances au monde de se faire valoir au poste d'inter. Il a maintenant une moyenne respectable et son job en défensive n'est pas vilain non plus. Mais faire des déclarations du genre la journée même d'un échange, ça vous laisse perplexe quant au savoir vivre de l'individu. De toute façon, après l'avoir vu faire ses pitreries alors que les parties sont arrêtées à cause de la pluie, on n'a qu'à prendre ces déclarations comme provenant d'un pitre!

Pierre Morissette

Le fourire de la semaine

La prière du Juif...

Le Juif quand il se couche le soir récite souvent cette courte prière:
— Dieu soit loué...

La semaine SPORTIVE

Les anniversaires sportifs de la semaine: Marc Blanchette, aujourd'hui le 19; René Dubé, le jeudi 20; Mario Bouillon, Daniel Ouellet et Clermont Pigeon, tous les trois nés un 21 septembre; Sylvain Lepage, le samedi 22; René Cyr, le dimanche 23, Tony Gaumont, l'as compteur des Montagnards de Sainte-Anne-des-Monts Junior, le lundi 24, et André Lemieux le mardi 25 septembre. Avec les vœux d'une heureuse fête...

Jacques Bellavance est le nouveau président de la Ligue Inter-Cité de hockey de Rimouski. Il succède à Gilles Labbé qui a occupé ce poste au cours des quatre dernières années. Ce dernier demeure quand même dans la ligue à titre de vice-président. Madame Laurette Proulx sera la secrétaire tandis que Conrad Proulx aura la charge des statistiques, de la publicité, de la trésorerie et des relations publiques...

Au cours de la saison 1984-85, la Ligue Inter-Cité comptera six équipes. Ce sont le Pentagone des entraîneurs Jean-Robert Lavoie et Jacques Albert, le Café Bar Empress de Gilles Doucet, le B.M.R. de Conrad Proulx, le Ti-Québec et la Pirouette qui se fusionnent. Cette équipe aura pour gérants Gaétan Leclerc et Maurice Caron; une cinquième formation sera gérée par Daniel Dionne ainsi qu'une sixième équipe dont le nom n'est pas encore connu...

Les joueurs intéressés à évoluer dans ce circuit maison à Rimouski doivent donner leur nom à Jacques Bellavance, le nouveau président, au numéro de téléphone suivant: 722-3991 et la date limite a été fixée au vendredi 21 septembre à 22h00. A noter que l'âge requis est de 30 ans minimum, que le hockeyeur n'ait pas évolué dans la Ligue Olympique 50 depuis au moins un an, et de ne pas avoir joué dans le hockey intermédiaire au cours des trois dernières saisons...

La prochaine assemblée de ce circuit est prévue pour le mardi 18 septembre à l'entrepôt de la Brasserie Molson à 19h30 et le repêchage des joueurs se fera le mardi 25 septembre à compter de 19h00 au Café Bar l'Empress. Plus de détails lors de la prochaine chronique sportive...

Le 10ième Gala du Mérite sportif de l'Est du Québec se tiendra à Matane le samedi 20 octobre prochain. Le comité organisateur est en train de mettre tout en branle pour sa réussite. Plus de 15 personnes bénévoles travaillent au succès de cette soirée...

Ce dixième gala permettra d'honorer l'athlète masculin et l'athlète féminin de l'année, l'entraîneur et l'administrateur par excellence dans tout l'Est du Québec. Le président du comité organisateur est Paul-Henri Bernier. Il est secondé de Jean Boucher (vice-président), Huguette Caron (secrétaire), Jacques Létourneau (responsable des finances), Michel Harvey et Pierre Morel (comité de promotion et d'information). Valérie Richard aura la charge du protocole...

Quatre rencontres sont à l'horaire cette semaine dans la Ligue de football aux drapeaux 50 de Rimouski. Le samedi 22 septembre à 9h30, le Soir Volant sera confronté au Clocher tandis qu'à 11h00 la Pirouette recevra la visite de Labatt. Le dimanche 23 à 9h30, le Ti-Québec croisera le fer avec la Pirouette et dans le second match le Clocher sera l'hôte de l'Empress...

Au camp d'entraînement pré-saison des Sieurs de Matane de la Ligue de hockey junior "B" régionale du Bas St-Laurent, l'entraîneur en chef Jean-Marc Harrison compte maintenant sur 32 joueurs dont cinq gardiens de buts. Huit joueurs de 20 ans sont sur la patinoire de Matane et se disputent les trois places disponibles comme le stipule le règlement de

la ligue. On sait que cette saison (84-85) aucun hockeyeur importé n'est accepté contrairement à trois par les années passées...

Une poussée de quatre points en sixième manche a procuré un triomphe de 5 à 4 aux As de Jean Beaulieu et de René Pouliot sur les Tigres de Marcel Jacob dans le septième et décisif match de la finale dans la Ligue de baseball senior du Bas Saint-Laurent. Michel Létourneau a été l'artilleur gagnant et Richard Lord le perdant...

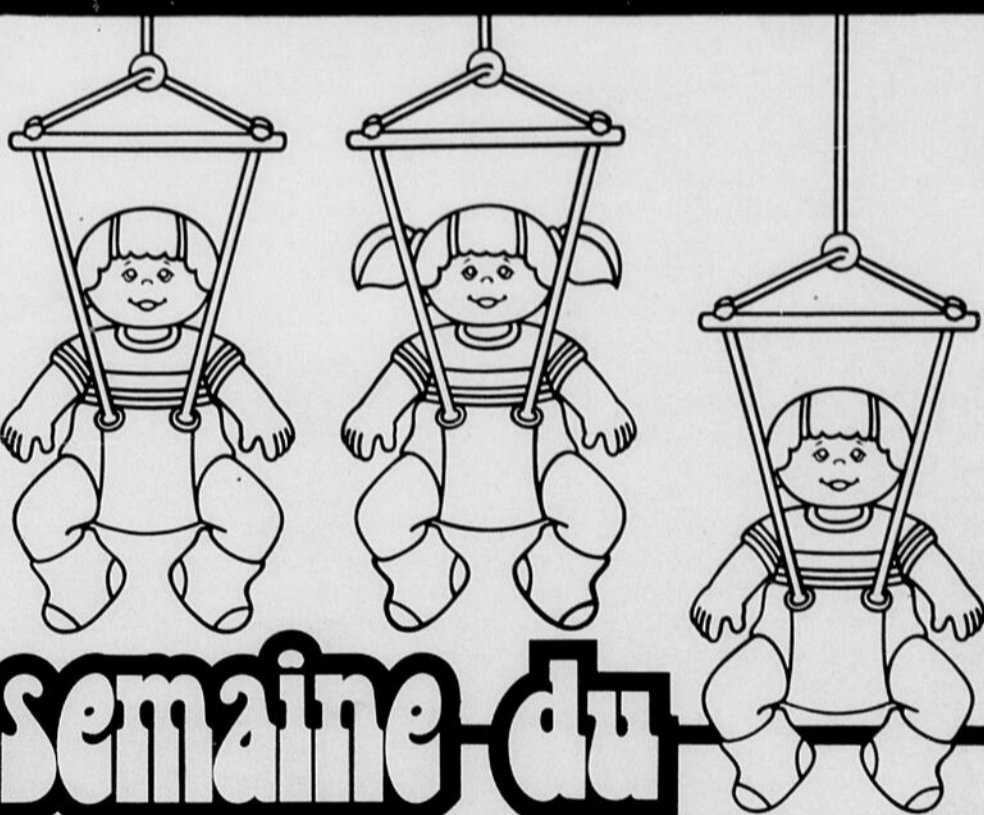
Les Aiglons de Mont-Joli de la Ligue de hockey junior "B" régionale du Bas Saint-Laurent ont ouvert leur camp d'entraînement sur glace en fin de semaine dernière. Les Albatros de Rivière-du-Loup et les Ambassadeurs de la Vallée devraient les imiter sous peu puisque l'ouverture de la saison 1984-85 aura lieu le dimanche 21 octobre à Amqui...

A cette occasion, les Ambassadeurs de la Vallée, champions en saison régulière et en séries éliminatoires, seront confrontés aux Aiglons de Mont-Joli, les finalistes de l'an dernier. Ce match est prévu

pour 14h30 en après-midi. Lors de la dernière réunion, il a été décidé que les quatre équipes participaient aux séries de fin de saison. En demi-finales, on aura les positions 1 contre 4 et 2 contre 3 dans des séries de 4 de 7. La finale sera également au meilleur de sept parties...

Un poste a été comblé à la direction dans la Ligue de hockey junior régionale du Bas Saint-Laurent. Il s'agit de celui de la vice-présidente aux opérations. C'est Evelyne Lagacé, anciennement registraire avec les Aiglons de Mont-Joli, qui a accepté ce poste. De plus, Gemma Leclerc de Sainte-Anne-des-Monts s'occupera du poste de la vice-présidence-registrariat du circuit. Au moment d'écrire ces lignes (vendredi), les gouverneurs étaient toujours à la recherche d'un président à la suite de la démission de Conrad Duchesne de Rimouski. Le nouveau président pourrait venir de Rivière-du-Loup selon une certaine source...

Bonne semaine à tous les sportifs et sportives...
Noël Bouchard



Semaine du bébé

20% à 33¹/₃% de rabais

sur un grand choix de vêtements de première qualité pour bébés

ENS. PANTALON VELOUR pour garçons et filles, 6 à 30 mois rég.: \$25.98/\$29.98	\$18/\$20	ENS. PANTALON TRICOT, pour garçons et filles, 12 à 24 mois rég.: \$28.98/\$29.98	\$20
PYJAMAS VELOUR, S-M-L-XL Rég.: \$14.98/ \$17.98	\$10/\$12	ENS. DE NEIGE 2 PIÈCES pour garçons et filles 18 à 30 mois Rég.: \$59.98	\$40
		DORMEUSES imprimés assortis, S-M-L Rég.: \$11.98	\$8

CARREFOUR
RIMOUSKI
722-8138

PETITS

CHEVROLET

POULIOT

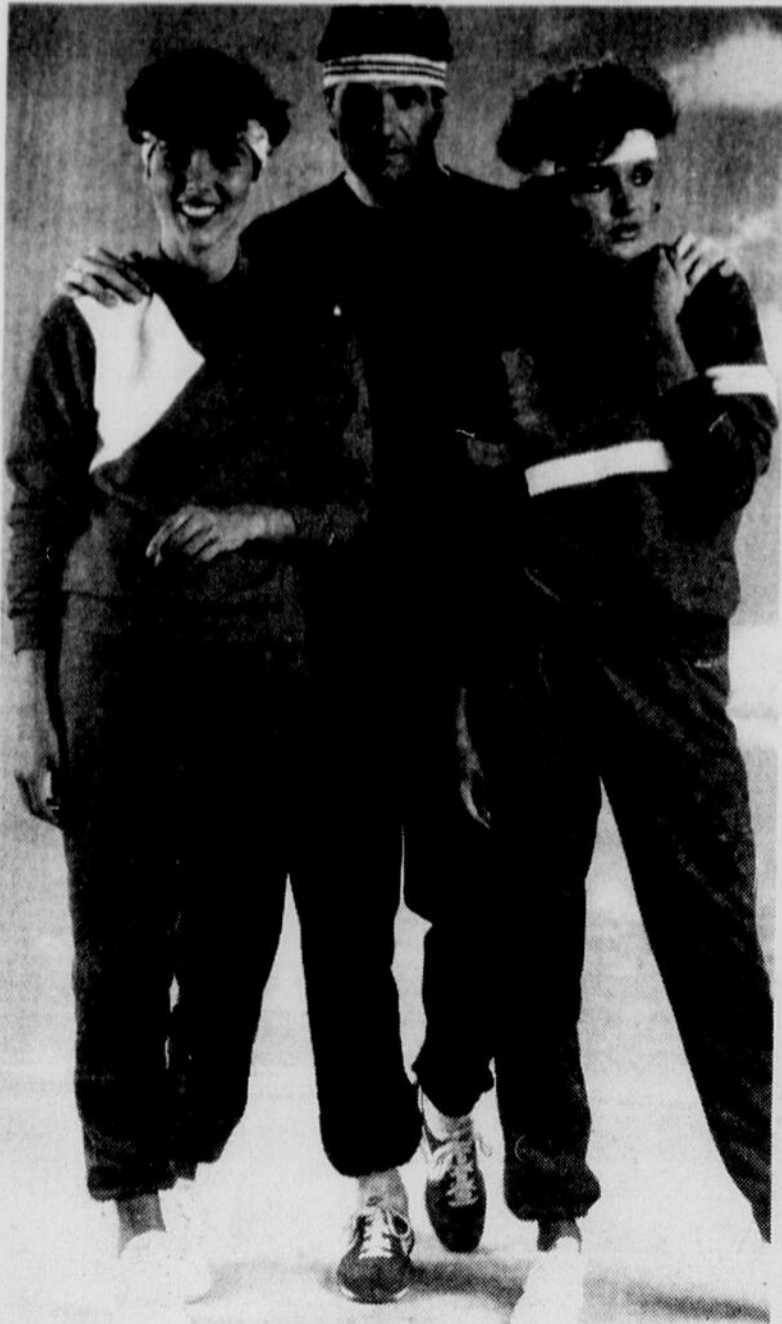
CHEVROLET-OLDSMOBILE INC.

- LES SPECIALISTES DANS LA VENTE DE VOITURES NEUVES ET USAGÉES
- ACHAT DE VOITURES RECENTES
- LOCATION DE VOITURES ET CAMIONS

1264 BOULEVARD JACQUES-CARTIER,
MONT-JOLI, 775-4316
RIMOUSKI (SANS FRAIS), 739-4888

Voyez M. Jean St-Pierre, propriétaire, ainsi que nos représentants Jean-Paul Roussel et Jean-Paul Thurbide.

Votre entière
satisfaction...
nous la
garantissons!



Le Jour de la



la Baie

bat son
plein!



12⁹⁹

Notre plus bas
prix de la saison

Coordonnés Olympia Holmont en molleton, tous au même bas prix (32-1-740) Plusieurs modèles de pulls et de pantalons fourreau pour hommes et dames. Mélanges acrylique/coton/polyester et coton/polyester. Choix de couleurs.

13⁹⁹

Notre plus bas
prix de la saison

Gilets Marathon hommes et femmes (32-4-740) Polyester et coton, bande nylon. 2 tons. P.M.G. pour hommes. P.M.G. pour dames.

Bas tubulaires BaySport pour hommes, dames ou jeunes. Choix de bordures. Pqt de 6. **8.99**

9⁹⁹

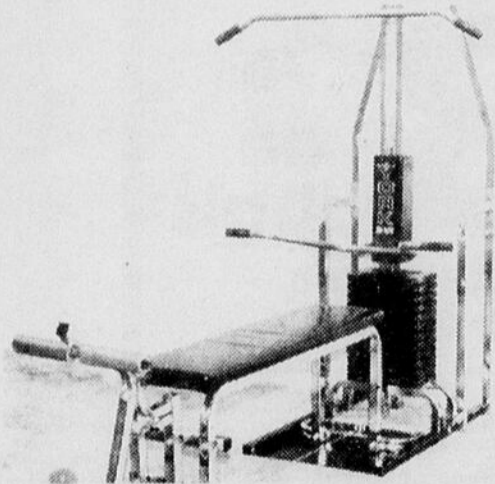
Notre plus bas
prix de la saison

Tee-shirt Adidas hommes ou femmes (32-5-740) Interlock. Avec sigle. Couleurs. Hommes P à G. Femmes: P à G.

21⁹⁹

Notre plus bas
prix de la saison

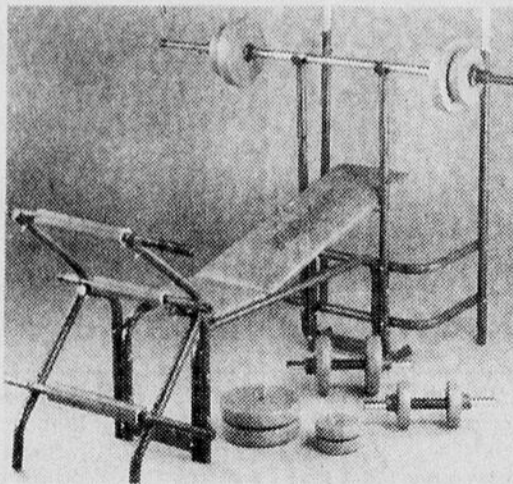
Veste-fourreau K-Way en nylon (32-2-740) Demi-patte à glissière. Se replie dans sa poche. Marine, gris. 4-7. **Veste K-Way**. Glissière pleine longueur. 34.99 **Pantalon K-Way**. 21.99



\$299

Ensemble de gymnastique York (32-6-742) Pour toute la famille. Poids réglables de 9.5 kg (20 lb) à 63 kg (140 lb).

Banc coussiné, changement de traction rapide. Directives comprises. Sport, rayons 740-742.

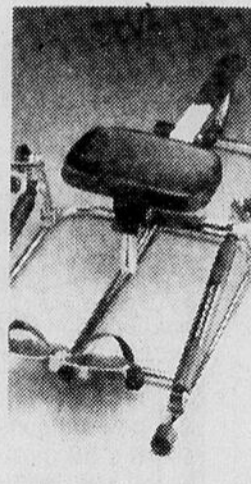


99⁹⁹

Banc Ultimate Weider (32-7-742) Pour exercices d'extension des jambes, des cuisses et des bras.

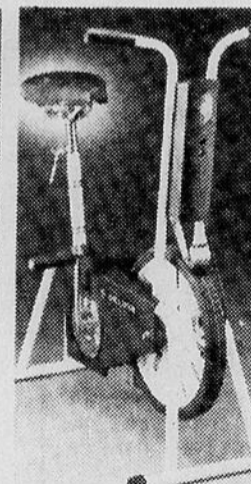
29⁹⁹

Jeu de poids Weider (32-8-742) Poids et haltères, 43.5 kg (96 lb) au total. Antirouille. Avec directives.



179⁹⁹

Appareil à ramer Mark Sport (32-9-742) Cadre acier plaqué chrome. Tension réglable, cale-pieds. Silencieux.



104⁹⁹

Bicyclette d'exercice de luxe (32-10-742) Siège coussiné. Tachymètre, odomètre, commande de tension à minuterie.



49⁹⁹

Ens. de course New Balance hommes ou femmes (32-3-740) Nylon. Poches sur pantalon. Choix de couleurs. P.M.G. **Tee-shirt manches longues New Balance**. Pur coton. Couleurs. P.M.G. 12.99



Supplément publicitaire, La Presse, le 19 septembre 1984.
Tous les articles de ce cahier sont en vente à ou par l'entremise des magasins la Baie suivants (prix en vigueur du 19 au 22 septembre 1984). Téléphone (région de Montréal) 842-6261 • Centre-ville Montréal • Centre Laval • Centre commercial Dorval • Place Versailles • Centre Rockland • Centre commercial Boulevard • Place Vertu • Promenades St-Bruno • Chicoutimi 545-3160 • A Québec: Galeries de la Capitale 627-5922 et à Sainte-Foy, Place Laurier 627-5959. Pour renseignements: Rivière-du-Loup 867-2951 et Rimouski 722-8181.

la Baie

CARREFOUR RIMOUSKI

Le Jour de la Baie

Notre plus grande vente, nos plus bas prix de la saison!



AUBAINE

15⁹⁹ Notre plus bas prix de la saison

Chemises de ville Arrow au bas prix du Jour de la Baie (1-1-330) Coupe régulière ou ajustée, manches longues. 65% polyester, 35% coton sans souci. Tons unis, ton sur ton ou motifs mode. 14 1/2 à 16 1/2 (37 à 42 cm).
Chemises de ville, rayon 330.



AUBAINE

9⁹⁹ Notre plus bas prix de la saison

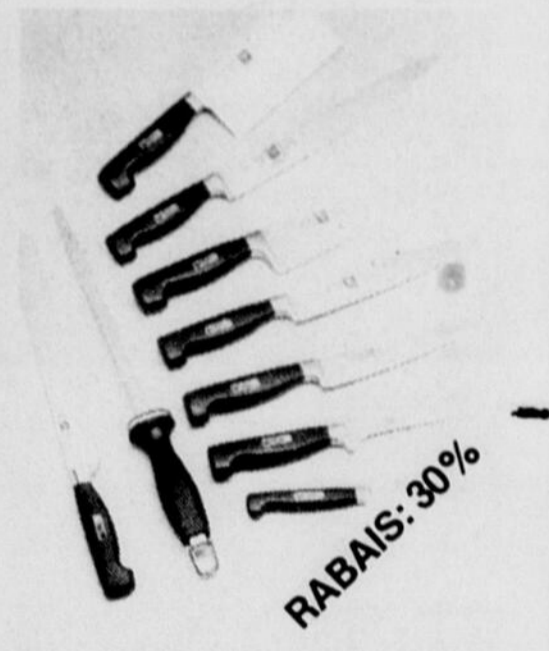
Pull Baycrest en 19 teintes radieuses (1-3-147) Conçu selon les critères de qualité de la Baie. 100% acrylique, manches marteau longues. Teintes vives, pastel ou sobres. P.M.G. ou 38-44. Pas toutes les teintes dans tous les magasins. Pulls, rayon 147



RABAIS: 50%

9⁹⁹ Serv. de bain 27" x 50" (67 x 125 cm) Ord. \$20

Serviettes "Embassy" Fieldcrest exclusives à la Baie (1-4-601) Tissu-éponge 90% coton, 10% polyester doux et absorbant. Champagne, pêche lustré, brun; blanc, bouton d'or, rose, bleu azur ou Atlantis. Essuie-main 16" x 30" (40 x 75 cm) Ord. \$14 6.99 Débarbouillette 13" x 13" (33 cm) Ord. \$7 3.49



RABAIS: 30%

17⁴⁸ à 43³⁸

Rabais de 30%. Couteaux 4 Star Henckels (1-5-637) Faites votre choix: couteaux à éplucher à toutes fins, du chef, à désosser. Affiloir aussi en vente. Ord. 24.98 à 61.98
Articles de cuisine, rayon 637.



AUBAINE

29⁹⁹ Notre plus bas prix de la saison

Escarpins chic Naturalizer en cuir (1-2-262) Modèle Airway, pointe ouverte, en noir et autres teintes; modèle Tiana, talon bas, en noir, brun ou gris. Pointures 6 à 10, choix de largeurs. Chaussures, rayon 262.



RABAIS: 50%

10/6⁷⁰ ou .67 ch. la balle de 50 g

Fil acrylique Sayelle[™] Baycrest (1-6-701) Fil peigné 100% acrylique fait au Canada. Pour de superbes tricotés d'entretien facile. Choix de 20 teintes ravissantes. En 50 g. Ord. 1.35 ch.
Tissus, rayon 701.

Plus d'aubaines que toute autre vente

Nous avons rempli nos magasins de centaines d'aubaines et d'achats spéciaux sensationnels qui respectent les normes élevées de qualité de la Baie. Venez constater par vous-même. Commandes téléphoniques: voir les numéros à la page 32.

PRIX EN VIGUEUR DU 19 AU 22 SEPTEMBRE 1984.

N.B. TOUS LES PRIX MARQUÉS "ORD." DE CE CAHIER SONT LES PRIX COURANTS DE LA BAIE.

On en manque? On vous l'obtiendra!

Si nous manquons d'un article apparaissant dans cette circulaire du Jour de la Baie, nous vous en obtiendrons un autre, identique ou similaire, au même bas prix spécial. Cette offre est en vigueur jusqu'au 22 septembre 1984, à l'heure de fermeture des magasins. Votre entière satisfaction... nous la garantissons!



CONSULTEZ NOTRE CIRCULAIRE INSÉRÉE DANS CE JOURNAL POUR DE NOMBREUX AUTRES SPÉCIAUX.



CARREFOUR RIMOUSKI

GOÛTEZ LA QUALITÉ BOEUF DE L'OUEST



BOEUF C1
DÉBITAGE
EMBALLAGE INCLUS

DEMI BOEUF
\$1,59 LB
\$3,51 KG

PESANTEUR 300 A 500 LBS
COMPRENANT
• 1/2 PARTIE AVANT
• 1/2 PARTIE ARRIERE

DEVANT BOEUF
\$1,49 LB
\$3,28 KG

COMPRENANT
• BLOC DE BOEUF
• POITRINE DE BOEUF
• COTE DE BOEUF

LONGE ET SURLONGE
\$2,66 LB
\$5,86 KG

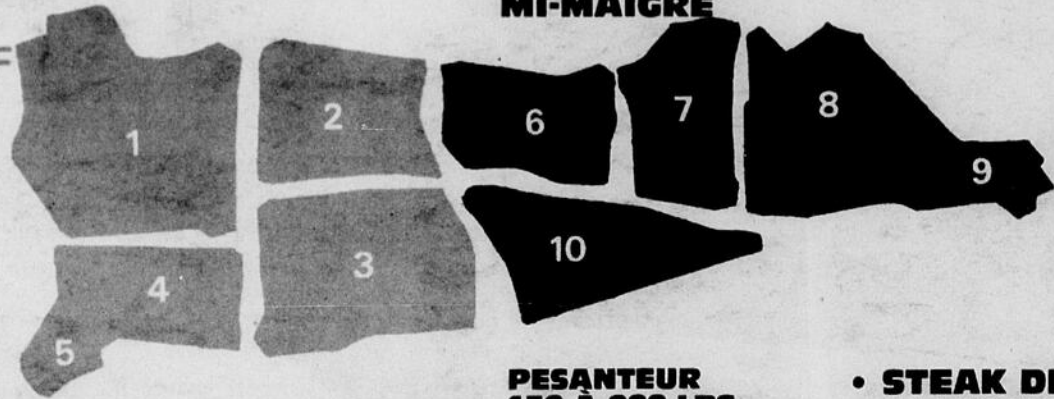
PESANTEUR 50 A 60 LBS
COMPRENANT
• FILET MIGNON
• T-BONE
• STEAK DE SURLONGE
• ROASTBEEF
• BOEUF HACHÉ MI-MAIGRE

CUISSE BOEUF
\$1,72 LB
\$3,79 KG

COMPRENANT
• ROASTBEEF DU ROI OU BROCHETTES OU FONDUE BOURGUIGNONNE
• FONDUE CHINOISE
• ROTI AUX CUBES
• BOEUF HACHÉ MAIGRE

DÉCOUPE DU BOEUF

- DEVANT
- 1 BLOC D'ÉPAULE
 - 2 CÔTE
 - 3 POITRINE
 - 4 POINTE DE POITRINE
 - 5 JARRET
- DERRIÈRE
- 6 LONGE
 - 7 SURLONGE
 - 8 CUISSE
 - 9 JARRET
 - 10 FLANC



DERRIÈRE BOEUF
\$1,92 LB
\$4,23 KG

CONGÉLATION

TEMPÉRATURES RECOMMANDÉES POUR LA VIANDE

Viande fraîche:
De 32 à 34 degrés Fahrenheit
environ 0 degré Celcius

Viande congelée:
De 20 à 24 degrés Fahrenheit
environ moins 7 degrés Celcius

PESANTEUR 150 A 200 LBS
COMPRENANT
• ROASTBEEF
• BROCHETTES
• TOURNEDOS

• STEAK DE SURLONGE
• FILET MIGNON
• T-BONE STEAK OU ALOYAU (OS EN T)
• COTE D'ALOYAU (T-BONE STEAK)
• BOEUF HACHÉ MAIGRE

PORC COMPLET OU DEMI \$1,39 LB / \$3,06 KG

DÉBITAGE ET EMBALLAGE INCLUS

COMPRENANT
• ÉPAULES
• LONGE
• FESSE
• SPARE RIBS
• FLANC

BIFTECK DU ROI
BOEUF C1
\$3,29 LB / \$7,25 KG

STEAK DE RONDE
BOEUF C1
\$1,89 LB / \$4,17 KG

JAMBON TOUPIE
(FESSE DÉSOSSÉE)
\$2,25 LB / \$4,96 KG