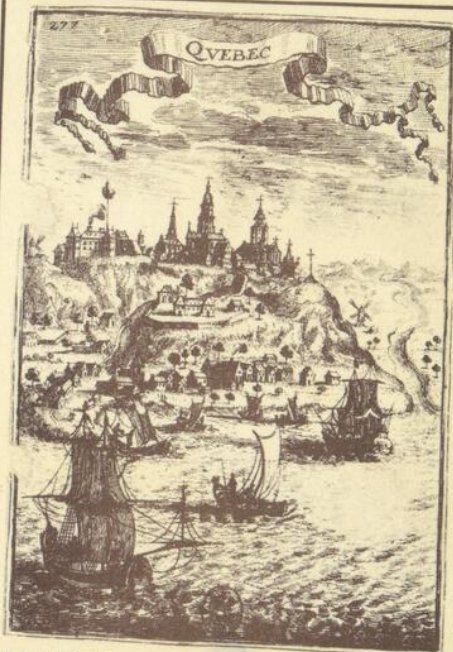




**Ski
nautique**

collection
grand soleil





Bibliothèque Nationale du Québec

Série G

Sports nautiques

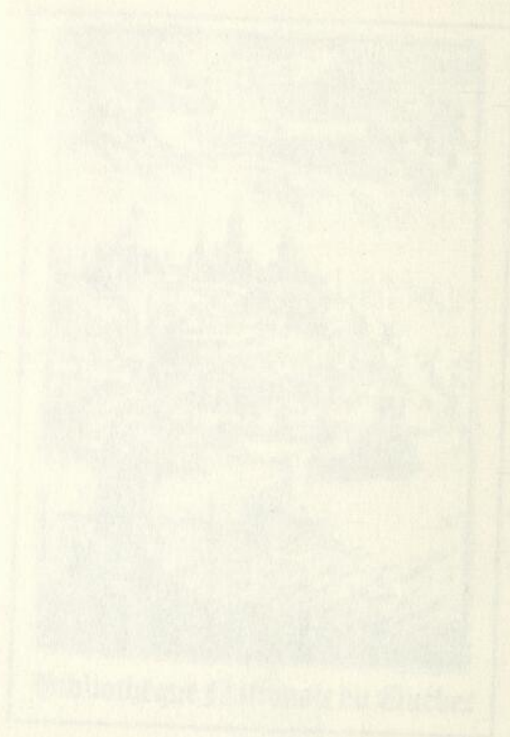
Ski nautique

collection
grand soleil

Éditeur officiel du Québec

0367520
1111111

Les brochures de la collection GRAND SOLEIL ont été réalisées avec la collaboration du haut-commissariat à la Jeunesse, aux Loisirs et aux Sports.



12075

© 1974, Éditeur officiel du Québec.

Tous droits de traduction et d'adaptation, en totalité ou en partie réservés pour tous les pays. Toute reproduction pour fins commerciales, par procédé mécanique ou électronique, y compris la micro reproduction, est interdite sans l'autorisation écrite de l'Éditeur officiel du Québec.

Dépôt légal — 2e trimestre 1974
Bibliothèque nationale du Québec

BQ74-2885
D7431570

HISTORIQUE

L'origine du ski nautique a été longtemps sujette à controverse. Certains attribuent à des soldats d'un régiment de chasseurs alpins la première tentative en ski nautique sur le lac d'Annecy, en 1928, avec des skis à neige; d'autres considèrent l'Américain F. Walker comme le précurseur du ski nautique. Des recherches sérieuses permettent de penser que ce fut un autre Américain, Ralph W. Samuelson, qui réussit le premier, en 1922, à skier sur des skis semblables à ceux d'aujourd'hui, toutefois plus longs. Pour réussir ses évolutions nautiques, Samuelson se fit tirer par un hydravion, à une vitesse de 80 milles à l'heure. Le ski nautique allait recruter assez rapidement des adeptes dans plusieurs pays. Dès 1936, les États-Unis constituent une fédération. Deux ans plus tard, ils organisent leur premier championnat. La deuxième guerre mondiale va empêcher l'extension de ce sport en Europe, où il avait connu des débuts timides mais probants, notamment sur les bords de la Méditerranée. Il faut attendre l'après-guerre, plus exactement l'année 1946, pour voir un groupe de « mordus » fonder, à l'occasion du salon nautique de Genève, l'Union internationale du ski nautique (UISM). Trois pays, la Belgique, la France et la Suisse, en furent les membres fondateurs. Très vite, d'autres pays, dont le Canada, viennent s'affilier à l'Union. En 1949, l'Union internationale du ski nautique compte neuf pays membres: les trois pays fondateurs, auxquels se sont ajoutés l'Angleterre, l'Italie, Monaco, le Canada, le Mexique et les États-Unis. Des dissensions sérieuses retardèrent, dès l'année suivante, le développement de cet organisme, entraînant d'ailleurs la sécession des États-Unis et d'autres fédérations nationales qui fondèrent un organisme parallèle, la Fédération mondiale de ski nautique (FMSN). Celle-ci organisa, en 1953, son premier championnat mondial au Canada. Aussi, un nouvel organisme international, l'Union mondiale de ski nautique (UMSN) réunit les membres des deux anciennes organisations rivales. Depuis, ce nouvel organisme a réussi à faire régner l'entente cordiale et, dès l'année de sa création, douze autres pays s'y affiliaient, portant le nombre des pays membres à 21. Quatre ans plus tard, leur nombre était passé à 30, pour atteindre 46 en 1972.

On retrace mieux encore l'évolution de ce sport nautique, à travers l'histoire des grandes manifestations sportives et, en particulier, des championnats du monde. Le premier de ces championnats se déroula, dans le Sud de la France, à Juan-les-Pins qui est considéré à travers le monde comme un des berceaux de ce sport. Succès quasi complet des Européens dont la figure dominante fut le Belge Philippe de Clercq, vainqueur au tremplin et au combiné. Les Américains, qui ne tardèrent pas à affirmer, les années suivantes, leur suprématie, obtinrent la première place, au slalom féminin, grâce à la jeune Worthington. En 1950, les États-Unis et Cypress Gardens sont le lieu de rendez-vous de l'élite du ski nautique mondial. Les Américains, avec Dick Poppe Jr., vainqueur au combiné et au slalom, y affichent leur supériorité. Celle-ci fut surtout illustrée par le triomphe complet des skieuses qui prennent les trois premières places au combiné. Lors de ces

championnats, seuls les Belges, les frères de Clercq, sauvent l'honneur, avec une nouvelle victoire, après Juan-les-Pins, du cadet à l'épreuve du saut.

Toronto se voit attribuer, en 1953, l'organisation des 3^e championnats mondiaux. Les skieurs nord-américains continuent d'y afficher leur suprématie. Cependant ce sont des athlètes mexicains qui obtiennent, avec Alberto Mendoza, (combiné et saut), les meilleurs résultats.

Présentés deux ans plus tard au Liban (Beyrouth), les championnats du monde voient les skieurs mexicains rafler, avec l'aide de A. Mendoza, les premières places du combiné, du slalom et du saut. Lors des championnats, les Mexicains gagnèrent aussi la plupart des places d'honneur (3^e au combiné, les 2^e et 3^e places au slalom et la 3^e place au saut). L'Américain S. Scott et les skieuses de ce pays empêchèrent toutefois les Mexicains d'obtenir un triomphe complet.

Après Beyrouth, Cypress Gardens (É.-U.) est, une seconde fois, le site des championnats mondiaux. Les Américains y remportent tous les titres. Leur domination est à peine contestée par le Libanais S. Kouhry (combiné et slalom) et le Français J. Muller (figures). Malgré la supériorité américaine, la figure dominante de ces épreuves fut sans conteste la Suisse M. Doria. Deuxième aux combiné, slalom et saut, première aux figures lors des championnats précédents, elle rafla, cette fois, les titres de slalom et de figures et la première place du combiné.

Les championnats se déroulent de nouveau en Europe, en 1959. Les représentants masculins et féminins des États-Unis obtiennent six des huit titres en jeu, à l'exception des figures où le Français P. Logut et l'Italienne P. Castelvetri remportent les honneurs. Derrière les États-Unis, les skieurs français et le Libanais S. Kouhry accèdent aux places d'honneur. En 1961, Long Beach (É.-U.) organise les championnats. Pour la première fois depuis 1949, les Américains, hommes et femmes, n'affichent pas une aussi nette supériorité d'ensemble. Les titres et les places d'honneurs sont partagés entre eux et les représentants européens. Ils vont se rattraper deux ans plus tard lorsque la France et la ville de Vichy reçoivent les skieurs et skieuses nautiques du monde entier. Tous les titres des épreuves masculines, ainsi que les places d'honneur, sont remportés par les représentants de l'Oncle Sam. Seules l'Autrichienne R. Hansluka (1^{re} à l'épreuve de saut, 2^e au combiné et au slalom, 3^e aux figures), la Française D. Dufлот (1^{re} aux figures) et la Suisse A. Baumann (3^e au combiné et slalom) sauveront l'honneur des représentants européens.

Pour la première fois la manifestation mondiale fait, en 1965, la découverte d'un nouveau continent, l'Australie. Les Américains y confirment leur supériorité, tant dans les épreuves masculines que féminines.

En 1967, le Canada est, pour la seconde fois en dix ans, le pays hôte des championnats mondiaux. Sur le lac de Sherbrooke, se retrouve l'élite mondiale du ski nautique. Les Américains affichent une supériorité considérée comme traditionnelle avec en tête l'un de leurs plus jeunes

champions M. Suyderhoud. Un skieur mexicain, T. Antunano réussit, face à la concurrence américaine, une très brillante performance, en se classant 2e au combiné et aux figures et 1er en slalom. Chez les femmes, la skieuse anglaise, J. Steward-Wood, obtient les premiers titres pour son pays en combiné et au saut.

En 1969, à Copenhague (Danemark) a lieu la onzième édition des championnats mondiaux. Les skieurs américains imposent de nouveau leur classe et seul l'Espagnol V. Palomo les empêche de remporter tous les titres, en gagnant l'épreuve de slalom. Au cours de ces championnats, pour la première fois, une skieuse, l'Américaine Elizabeth Allan, rafle tous les titres.

Présentés en Espagne, en 1972, les championnats du monde ont encore vu les Américains dominer l'ensemble des épreuves. Depuis que leur compatriote Samuelson a réussi à évoluer derrière un hydravion, les skieurs et skieuses des États-Unis dominant, d'une façon générale, les différentes épreuves américaines.

Sans avoir remporté de titres mondiaux¹, les athlètes canadiens ont réussi depuis quelques années à faire bonne figure dans ce sport. La création du championnat des Amériques, en 1966, a permis aux représentants canadiens de se classer seconds derrière les États-Unis, au classement par nations. Parmi les skieurs et skieuses, qui se sont le plus distingués lors de ces rencontres internationales, il faut nommer chez les femmes, Janice Griffiths, Vailla Hogan et Linda Crutchfield Bocok et chez les hommes Georges Athans qui a été le plus brillant en décrochant plusieurs titres (1968 : slalom); (1970 : figures) et des places d'honneur (2e et 3e) depuis 1966 derrière les champions mondiaux.

Depuis la création de l'Association de ski nautique du Canada, en 1969, année des premiers championnats, ce sport a recruté au Canada un nombre croissant de pratiquants. Animé par un groupe de skieurs et d'anciens pratiquants, l'Association canadienne a réussi à le promouvoir dans toutes les provinces. Après le championnat mondial organisé à Toronto en 1953 où un skieur canadien, Charlie Blackwell, s'y était distingué, en gagnant le titre de l'épreuve de slalom, le ski nautique est pratiqué un peu partout à travers le pays. On a pu constater, dès 1957, l'intérêt de jeunes Québécois pour ce sport. Le nombre des compétitions organisées a augmenté et, dans les années 60, une dizaine de tournois ont permis à un public de découvrir les attraits de ce sport particulièrement athlétique.

¹ Un Canadien G. Athans a réussi à décrocher le titre mondial aux championnats du monde de 1973.

Il faut attendre 1967 et l'organisation, pour la seconde fois, des championnats mondiaux par le Canada, à Sherbrooke, pour constater l'intérêt croissant des jeunes pour le ski nautique. Les résultats de l'équipe canadienne (3e par équipe) obtenus au cours des épreuves mondiales illustrèrent le niveau des skieurs canadiens. Au cours de cette année, marquée par l'avènement de l'exposition universelle à Montréal, plusieurs skieurs, Rob Bocock, Linda Crutchfield Bocock, Jacques Sicotte présentèrent sur le lac des Régates, à l'Expo, de brillantes démonstrations. Par la suite ce lac est devenu le site d'évolution par excellence des grandes figures du ski nautique canadien et québécois. Depuis, chaque année, les représentants du Québec en ont fait leur site d'entraînement sans compter les manifestations (Coupe du Québec, championnat du Québec) qui s'y déroulent. Le ski nautique, qui a été un sport de démonstration aux Jeux olympiques, a trouvé place, en dehors des manifestations internationales qui lui sont propres, dans le programme des Jeux du Québec. Cette manifestation, la plus importante de tous les événements du sport amateur au Québec, a permis à de jeunes athlètes de démontrer de réels progrès. Dirigé par la Fédération de ski nautique du Québec, affiliée à l'Association canadienne, le ski nautique a pris une expansion et connaîtra au Québec, dans les années à venir, une popularité croissante.

CARACTÉRISTIQUES ACTUELLES

Le ski nautique est un sport très exigeant qui requiert des qualités athlétiques identiques à celles du ski alpin, tout en exigeant en plus la connaissance de la natation. Souplesse, puissance, résistance, réflexes sont donc des qualités nécessaires pour être un bon skieur nautique.

Les figures

Pour effectuer les figures, le pratiquant emploie des skis sans dérive (qui permettent le retournement sur l'eau) et une corde de traction de longueur variable (au choix de chacun). Ce choix s'étend aussi à la vitesse du bateau-remorqueur.

Le skieur doit, lors de deux essais de vingt secondes, présenter le plus grand nombre de figures, sans se répéter, choisies parmi un répertoire de 79 figures classées d'après leurs difficultés. Un jury de cinq juges attribue des notes de style, pour chaque figure. Les figures sont jugées valables si trois des cinq juges les ont considérées auparavant comme réussies. À chaque figure est attribué un certain nombre de points (de 10 à 400) variant avec le coefficient de difficulté. Le pointage le plus élevé, obtenu à l'une des deux tentatives, déterminera le gagnant.

Le slalom

L'épreuve de slalom se fait sur un seul ski. Pour ce faire, le ski possède deux fixations qui servent à retenir les pieds. La dérive placée en dessous du ski est très grande, afin de permettre des virages et de réduire le risque de chute. Le skieur doit effectuer un parcours jalonné par six bouées à une vitesse et une longueur de corde déterminées. Il doit commencer par franchir une entrée puis, après avoir contourné les bouées, une sortie qui ont, toutes les deux, 3 m (9'9") de large. Le skieur débutera le premier parcours, avec une longueur de corde de 23 m (75 pi.) et une vitesse initiale de 45 à 48 km/h. S'il réussit à contourner les bouées, il effectuera de nouveau un passage à une vitesse croissante jusqu'à un maximum de 60 km/h (36 mi/h) pour les hommes et de 57 km/h (34 mi/h) pour les femmes. Si le skieur réussit encore les parcours à ces différentes vitesses, la corde de traction de 23 m sera écourtée, à chaque fois, de 3 m (15 pi.), 6,5 m (22 pi.), 8 m (28 pi.), 10 m (32 pi.), et 12 m (35 pi.). Le concurrent, qui sera resté le dernier en course, sans avoir manqué une seule bouée, est déclaré vainqueur.

Le saut

L'épreuve du saut, la plus spectaculaire des trois disciplines du ski nautique, nécessite l'usage de skis plus lourds et plus épais. Chaque skieur effectue trois sauts dont seul le plus long entre en ligne de compte pour le classement. La hauteur du tremplin est également limitée à 1,80 m (5'11") pour les concurrents masculins et à 1,50 m (5') pour les femmes.

Le bateau se voit imposer aussi une vitesse limite qui est de 57 km/h (34 mi/h) pour les hommes et de 45 km/h (30 mi/h) pour les femmes.

Malgré la limite imposée aux bateaux, les sauteurs réussissent à obtenir une vitesse supérieure, par une méthode appelée « double coupe ».

La longueur du saut est mesurée à partir du point de chute des pieds du concurrent. Une note est attribuée aussi au style du saut.

CONDITIONS DE PRATIQUE

Site

Le ski nautique exige, pour sa pratique, un plan d'eau étendu et calme: lac, fleuve ou partie de mer protégée. Ce plan d'eau doit être à l'abri du vent. Pour éliminer les vagues créées par le bateau et le skieur, il a été imaginé un système antivagues (employé pour la première fois à Montréal) qui réduit, sinon empêche, le retour des vagues vers le centre du plan d'eau.

Matériel et équipement

Le ski nautique nécessite un équipement personnel et général relativement important.

bateau à moteur: celui-ci est absolument indispensable pour faire du ski nautique. Le bateau doit être équipé d'un moteur d'au moins 35 cv qui permette d'atteindre une vitesse de 40 à 45 km/h (30 mi/h).

corde de traction, trapèze et palonnier: Le bateau à moteur ne servirait à rien s'il n'était muni à l'arrière d'une corde de traction de 20 à 23 m (70' à 75') de long à laquelle est fixé un trapèze, pour le ski de plaisance et les épreuves de figures ou un palonnier, pour le slalom.

skis: Les skis constituent une partie importante de l'équipement personnel du skieur. Bien que des compétitions et des exhibitions aient lieu actuellement sans aucun ski, ceux-ci sont la raison d'être des trois épreuves qui composent le sport du ski nautique. Les skis sont fabriqués en bois. Leur forme varie suivant l'épreuve. Leurs bouts sont plus arrondis et plus larges pour les skis de figure que pour les skis de slalom (qui sont même pointus) et de saut. Les dimensions changent avec la discipline et l'activité pratiquées.

	longueur	largeur
ski de plaisance	1,80 m (5'11")	20 cm (8")
ski de slalom		
ski de figures	1,22 m (4')	18 cm (7 ¹ / ₅ "
ski de saut	2 m (6'6")	21 cm (8 ² / ₅ "

Pour maintenir les pieds, les skis sont munis sur le dessus d'une sorte de sabot de caoutchouc en avant et d'une talonnière à l'arrière qui permettent au skieur d'avoir les skis solidement attachés, sans trop les retenir lors d'une chute. Les skis ont aussi d'autres caractéristiques différentes. Ainsi l'unique ski, employé pour le slalom, est équipé d'une seconde fixation (simple lanière de caoutchouc), placée à l'arrière de la fixation principale et d'une dérive assez profonde qui permet d'éviter de trop grands dérapages, dans les virages. Par contre les skis de figures sont dépourvus

de dérive, afin de répondre parfaitement aux retournements fréquents réalisés par les skieurs. Les skis de saut sont munis de dérive plus petite et sont de dimensions (longueur, largeur, poids) plus grandes que tous les autres skis.

TYPES DE SKIS ET DE TRAPÈZES



ski de plaisance



trapèze de figures



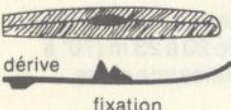
ski de slalom



trapèze de slalom



ski de figures

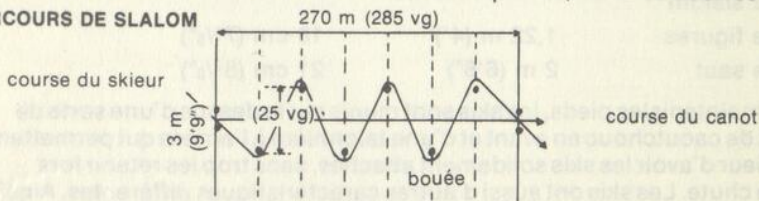


ski de saut

tremplin: Pour la pratique du saut, un tremplin flottant est nécessaire. L'inclinaison et la hauteur des tremplins sont différentes pour les compétitions masculines, féminines et juniors (hauteur maximum au-dessus de l'eau: 1,80 m (5'11") pour les hommes; 1,50 m (5'3") pour les femmes et les juniors).

balisage du parcours de slalom: Six bouées de contour sont placées sur deux lignes distantes de 23 m (25 vg) et échelonnées sur une longueur totale de 270 m (285 vg). Deux portes de 3 m (9'9") de large marquent l'entrée et la sortie du parcours. Un parcours de slalom oblige le skieur à contourner les six bouées et à franchir les deux portes, dans les deux sens.

PARCOURS DE SLALOM



Apprentissage et entraînement

L'initiation au ski nautique commencera avec des skis de plaisance. Le débutant, qui doit savoir nager, se munira d'un gilet de sauvetage et d'un vêtement de plongée (pour se protéger du froid), avant de se faire tirer par un bateau.

Quelques cours théoriques, donnés dans un club par un skieur chevronné ou un moniteur, lui permettront d'apprendre la position de départ et le maintien du corps sur les skis, sur un trajet rectiligne et dans les virages. Les premiers exercices permettront au débutant de mettre en pratique, souvent après quelques chutes sans gravité, les connaissances de base. Peu à peu, le skieur acquiert plus d'assurance, pour s'exercer aux exercices plus difficiles des virages, qui sont très importants dans les épreuves de slalom.

DÉPART DANS L'EAU



(avec deux skis)

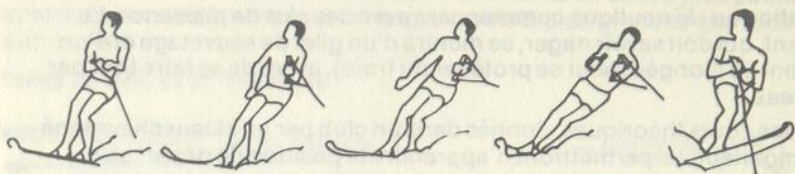


(avec un ski)



(à partir d'un ponton)

PRINCIPALES PHASES D'UN VIRAGE



L'apprentissage des figures et des sauts ne pourra commencer qu'après de longues séances d'initiation qui peuvent durer une ou même plusieurs saisons. D'ailleurs, l'acquisition des techniques de base ne suffira pas au skieur déjà chevronné pour faire de lui, un spécialiste des épreuves de figures et du saut. Ces deux disciplines, surtout la première, exigent du skieur de nombreuses heures d'entraînement quotidien comme pour le patinage artistique. Le pratiquant mettra beaucoup de temps à assimiler — et à exécuter correctement — des figures simples (retournement complet, demi-retournement, etc.).

PRINCIPALES PHASES D'UN SAUT SUR TREMPLIN



début de la phase d'accélération

(le skieur a du se diriger vers la droite, jusqu'au moment où sa corde de traction est presque perpendiculaire au bateau)



accélération

(dans la direction du tremplin)

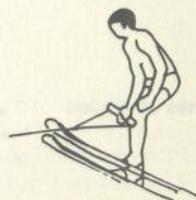
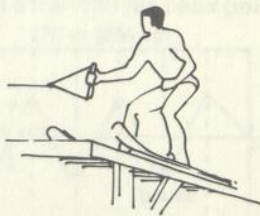


phase de préparation au passage sur le tremplin

(les skis sont replacés à plat)



phase d'engagement sur le tremplin



phase du saut

FIGURES (AVEC DEUX SKIS)

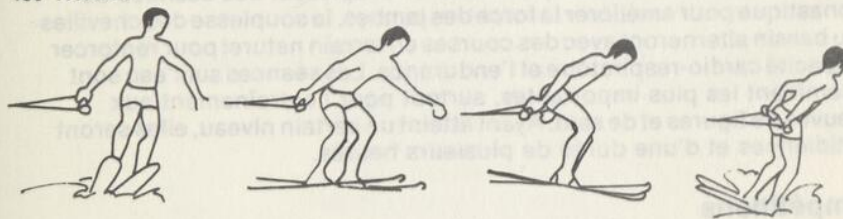
HÉLICOPTÈRE



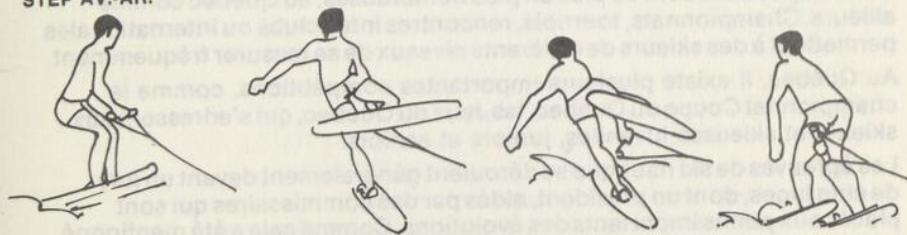
360°



180° AV.-AR.



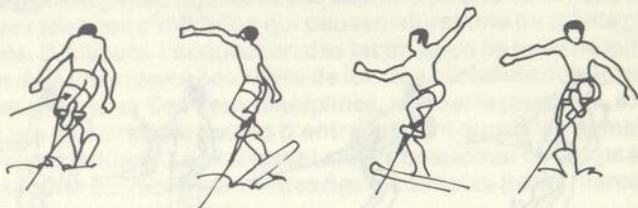
STEP AV.-AR.



**FIGURES (AVEC UN SKI)
STEP AV.-AR.**



180° CORDE AU PIED AR.-AV. VAGUE



À l'exemple du ski alpin, le ski nautique requiert un entraînement intense, pour développer résistance, puissance et souplesse: des séances de gymnastique pour améliorer la force des jambes, la souplesse des chevilles et du bassin alternent avec des courses en terrain naturel pour renforcer la capacité cardio-respiratoire et l'endurance. Les séances sur l'eau sont évidemment les plus importantes, surtout pour l'entraînement aux épreuves de figures et de saut. Ayant atteint un certain niveau, elles seront quotidiennes et d'une durée de plusieurs heures.

Compétitions

Les compétitions sont de plus en plus nombreuses, au Québec comme ailleurs. Championnats, tournois, rencontres inter-clubs ou internationales permettent à des skieurs de différents niveaux de se mesurer fréquemment.

Au Québec, il existe plusieurs importantes compétitions, comme le championnat Coupe du Québec, les Jeux du Québec, qui s'adressent aux skieurs et skieuses juvéniles, juniors et seniors.

Les épreuves de ski nautique se déroulent généralement devant un jury de cinq juges, dont un président, aidés par des commissaires qui sont placés aux points importants des évolutions. Comme cela a été mentionné, la vitesse des bateaux et la longueur de la corde sont rigoureusement contrôlées.

DOCUMENTATION ÉCRITE ET AUDIO-VISUELLE

Documentation écrite

Bulletins, revues, journaux, brochures (en anglais et en français qui traitent uniquement de l'activité qui vous intéresse).

<i>Titre</i>	<i>Adresse</i>
Le Skieur Nautique	Fédération de ski nautique du Québec 881 est, boul. de Maisonneuve Montréal 132, Québec Canada
Ski Canada Nautique	Association Canadienne de ski nautique 333 River Road Ville Vanier, Ottawa K1L 8B9 Canada
Water Skier	American Water Ski Association P.O. Box 191 Winter Haven, Floride 33880 États-Unis

Ouvrages et autres publications

Des milliers d'ouvrages, d'articles et de rapports d'études ont été publiés, en français ou en anglais. Les principales maisons d'éditions qui publient des ouvrages et d'autres documents sur les sports et sur les activités de plein air sont:

- au Québec* — Éditions de l'Homme, Éditions du Jour, Éditions Leméac, Éditions La Presse.
- en France* — Éditions Amphora, Éditions Bornemann, Éditions Arthaud, Éditions du Seuil, Éditions Denoel, Éditions de la Table Ronde, Éditions Hachette.
- en Belgique* — Éditions Gérard et Co. (Marabout).
- aux États-Unis et en Grande-Bretagne* — Simon and Schuster, Prentice Hall, Ronald Press, Tafnews Press, Athletic Institute, Ed. Sports Illustrated, Pyramid Books, ATC Sports Products, Creative Sports Books, Sporting News, Harper & Row, Goodyear.

Les fédérations sportives ou d'activités de plein air publient fréquemment des documents techniques ou d'initiation.

Documentation audio-visuelle

Les organismes de production et de distribution de documents audio-visuels sont nombreux. Les plus importants sont:

- au Québec* — Office du Film du Québec
— Office national du film
— Service général des moyens d'enseignement
— Radio Québec
— Radio Canada
- en France* — Service de pédagogie audio-visuelle de l'institut national des sports
- aux États-Unis* — Action Films Inc.
— Athletic Institute
— Compagnie scientifique Ealing Ltd.
— John Colburn Associates

Plusieurs fédérations sportives et récréatives nationales produisent ou distribuent aussi de nombreux documents audio-visuels. Renseignez-vous auprès de la Fédération de ski nautique du Québec

ORGANISMES COMPÉTENTS

Associations et Fédérations

Fédération de ski nautique
du Québec 881 est, boul. de Maisonneuve
Montréal 132, Québec
Canada

Association canadienne de ski
nautique 333, River Road
Ville Vanier, Ottawa K1L 8B9
Canada

Union mondiale de ski nautique rue des Eaux-vives 15,
1211 Genève 6,
Suisse.

Autres organismes

Les fédérations sportives ne sont pas les seules à jouer un rôle d'animation. En milieu scolaire, il existe des fédérations et des associations qui organisent le calendrier des manifestations sportives. Ces organismes fixent les lieux des rencontres et surveillent leur déroulement. Cependant, ils n'exercent pas les fonctions de réglementation et de régie qui sont de la compétence des fédérations sportives. Ces organismes sont:

- la Fédération du sport collégial du Québec
- la Fédération du sport scolaire
- l'Association des professionnels de l'activité physique du Québec
- l'Association sportive universitaire du Québec.

Le siège de ces fédérations est situé au siège social de la Confédération des sports du Québec, au 881 est, boul. de Maisonneuve, Montréal 132.

Les Conseils régionaux de loisirs exercent un rôle de soutien à l'endroit des organismes susmentionnés. Ils ont notamment pour mandat d'informer le public et de promouvoir les activités de loisirs. Pour ce faire, ils fournissent une aide administrative et technique aux fédérations et aux associations. Les Conseils régionaux de loisirs sont au nombre de 15 et sont situés dans les localités suivantes:

Est du Québec	140 ouest, rue St-Germain Rimouski
Saguenay - Lac St-Jean	132, rue Collard Alma
Québec	917, Mgr. Grandin, suite 300 Québec 10
Mauricie	Case postale 1174 1232, rue des Chenaux Trois-Rivières
L'Estrie	75, rue Chartier Sherbrooke
Outaouais	Case postale 723 115, rue Carillon Hull
Abitibi - Témiscamingue	768, 3e Avenue Val D'Or

Côte-Nord	898, rue Puyjalon Hauterive
Centre du Québec	Case postale 101 148, rue St-Jean Drummondville
Sud-Ouest du Québec	48, ave Grande Île Case postale 327 Valleyfield
Rive-sud Métropolitaine	360, rue St-Jean Longueuil
Richelieu - Yamaska	1871, rue des Cascades St-Hyacinthe
De Lanaudière	421, de Lanaudière Joliette
Des Laurentides	864, boul. St-Antoine St-Antoine des Laurentides
Montréal	Service des Loisirs 445, rue Saint-François-Xavier Montréal 125

NOTES:

Québec	500 rue Grandin, suite 300 Québec, PQ
Montréal	Casa postale 1171 1185, rue des Éboulements Montréal, PQ
L'Anse-à-Fort	15, rue Charbon Barnabrook
Outaouais	Casa postale 723 115, rue Cardinal Hull, PQ
Abitibi-Témiscamingue	295, 3e Avenue Val d'Or, PQ

NOTES:

premières de la collection GRAND SOLIN.

NOTES:

SERIE A — Spectre de couleurs

rouge
orange
jaune
lumière blanche

SERIE B — Spectre de fréquence

haute fréquence
basse
sonne sur table
silence

SERIE C — Effet de profondeur

couleur de relief
surfaces
haut-fond et fond

SERIE D — Mouvements de cercles

lignes
cercles
triangles
carrés

SERIE E — Adressaire (voix)

hauteur
longueur
force de son
qualité

SERIE F — Spectre acoustique

type synchronisé
sauton
drapeau
water-polo

SERIE G — Spectre harmonique

saute
carré-rectangle (plein)
carré-rectangle (eau vive)
voix
air soufflé

SERIE H — Spectre de temps

un instant
de l'infini
tout à fait

SERIE I — Spectre de vitesse

arrivage de l'arrivée
partage d'arrivée

SERIE J — Spectre de couleur

haute fréquence
basse fréquence
haute et basse fréquence
synchronisé

SERIE K — Spectre de temps

longue durée
court instant
saut, synchronisé
synchronisé
longue
court instant

SERIE L — Spectre de phase et d'effet

air de synchronisation
synchronisé

SERIE M — Anomalies de phase et d'effet

résonance générale
synchronisation

NOTES:

NOTES

Liste des brochures de la collection GRAND SOLEIL

SÉRIE A — Sports de combat

escrime
boxe
judo
lutte olympique

SÉRIE B — Sports de raquette

badminton
squash
tennis sur table
tennis

SÉRIE C — Athlétisme (courses)

vitesse et relais
obstacles
demi-fond et fond

SÉRIE D — Athlétisme (lancers)

poids
disque
marteau
javelot

SÉRIE E — Athlétisme (sauts)

hauteur
longueur
triple saut
perche

SÉRIE F — Sports aquatiques

nage synchronisée
natation
plongeon
water-polo

SÉRIE G — Sports nautiques

aviron
canoë-kayak (plat)
canoë-kayak (eau vive)
voile
ski nautique

SÉRIE H — Sports de neige

ski alpin
ski nordique
saut à ski

SÉRIE I — Sports de glace

patinage de vitesse
patinage artistique

SÉRIE J — Sports de ballon

basket-ball
volley-ball
handball olympique
soccer (football)

SÉRIE K — Sports divers

haltérophilie
cyclisme
sports équestres
olympiques
crosse
gymnastique

**SÉRIE L — Activités de plein air
d'hiver**

ski de randonnée
raquette

**SÉRIE M — Activités de plein air
d'été**

randonnée pédestre
cyclotourisme

Affiches **Grand Soleil**

46 affiches de 57,15 x 95,25 cm (25,5 x 37,5 po) servent de réplique parfaite aux brochures : même titre, même illustration, même texte au verso. Alors que les brochures se présentent comme l'indispensable « livre de poche » de tout sportif, les affiches offrent l'avantage de servir simultanément à la décoration, à la publicité et à l'information. Grâce à la bande libre ménagée au bas de l'éclatante illustration, les fédérations, les associations de sport ou de plein air peuvent annoncer leurs principales manifestations et en décupler l'efficacité. Le texte d'information sert d'aide-mémoire tant aux sportifs chevronnés qu'aux débutants sur les aspects fondamentaux des sports ou des activités de plein air.

On peut se les procurer à des prix intéressants

- Dans une librairie de l'Éditeur officiel du Québec
- Chez un libraire dépositaire des publications de l'Éditeur officiel du Québec
- Chez l'Éditeur officiel du Québec, par commande postale

Toute commande adressée à l'Éditeur officiel du Québec est payable d'avance par chèque ou mandat-poste à l'ordre du ministre des Finances.

Expédier à : **Éditeur officiel du Québec**
675 est, boulevard Saint-Cyrille
Québec
G1A 1G7

erfaite
e
ment
ions
ions
taux
ec
nce



BNQ



C 000 012 075

Deacidified using the Bookkeeper process.
Neutralizing Agent: Magnesium Oxide

Treatment Date: DEC

1998



PRESERVATION TECHNOLOGIES, L.P.

111 Thomson Park Drive

Cranberry Township, PA 16066

(724) 779-2111

dec