

JE VEUX ESSAYER LE PARA-AVIRO

Je veux ...
**ESSAYER un
NOUVEAU SPORT!**



QUI SUIS-JE?

- Je suis débutant(e) en aviron et/ou en parasport en général, et je suis prêt(e) à apprendre une nouvelle compétence!
- Je veux participer à un sport à ma discrétion pour l'activité physique, le plaisir, la compétition régionale et l'engagement communautaire.
- Je souhaite utiliser l'aviron comme moyen d'entraînement transversal pour mon/mes autre(s) sport(s).

QUE DOIS-JE FAIRE?

Communiquer avec mon association provinciale d'aviron (APA) ou mon club pour une activité Apprendre à ramer.

Réserver une séance auprès de mon club local pour m'installer confortablement et en toute sécurité dans une embarcation d'aviron ou sur un ergomètre.

TROUVEZ UN CLUB

Je veux ...
**ENTAMER un
PARCOURS de HAUTE
PERFORMANCE!**



QUI SUIS-JE?

- J'ai de l'expérience en aviron.
- J'ai réalisé des critères de performance provinciaux ou j'ai été identifié(e) comme un(e) bon(ne) candidat(e) pour le transfert de talent.
- Je veux m'engager dans l'aviron de compétition et je peux l'intégrer dans mon style de vie.
- J'ai l'ambition de concourir et de représenter ma province.

QUE DOIS-JE FAIRE?

Communiquer avec mon association provinciale d'aviron (APA) ou mon club (si connu) pour être mis en contact avec l'entraîneur(e) provincial(e) et/ou le (ou la) recruteur(euse) de para-aviron de RCA.

Commencer le processus d'évaluation de la classification pour comprendre quelles catégories de classification de l'aviron conviennent le mieux à ma situation.

**ENVOYEZ UN COURRIEL
À VOTRE APA**

Je veux ...
**PARTICIPER à
des COURSES
INTERNATIONALES et aux
JEUX PARALYMPIQUES!**



QUI SUIS-JE?

- J'ai réalisé des critères et des objectifs de performance nationaux et internationaux pertinents.
- J'ai vécu des expériences de compétition pertinentes dans le cadre d'événements qui soutiennent mon ambition internationale.
- J'ai le soutien et la capacité d'intégrer les exigences de la haute performance dans mon style de vie.

QUE DOIS-JE FAIRE?

Élaborer un plan de recrutement avec le (ou la) recruteur(euse) de para-aviron de RCA, tenter d'obtenir la classification nationale aux championnats nationaux d'aviron et réaliser le critère d'octroi de brevet de RCA.

M'assurer que les personnes appropriées dans ma vie comprennent et appuient mon initiative.

FORMULAIRE

et **ENVOYEZ UN COURRIEL À RCA**