

Mathieu Raymond
Administration des affaires

Geneviève Thibault
Génie des eaux

Manon Létourneau
Kinésiologie



La conquête de **L'EXCELLENCE**

**DÉFI ROUGE ET OR
ATHLÉTISME LA GALIPOTE**

**Club d'athlétisme et de
cross-country Rouge et Or**

rougeetor.ulaval.ca



**UNIVERSITÉ
LAVAL**

Service des activités sportives

Le Rouge et Or

Le programme

Reconnu parmi les programmes sportifs universitaires les plus compétitifs en Amérique du Nord, le programme d'excellence sportive Rouge et Or se compare à celui des grandes institutions d'enseignement américaines dont la réputation n'est plus à faire. Ils sont plus de 350 étudiantes et étudiants-athlètes à exceller dans 14 disciplines sportives (athlétisme, badminton, basketball, cross-country, football, golf, natation, plongeon, rugby, ski alpin, ski de fond, soccer, triathlon et volleyball), 13 clubs et 18 équipes. Il ne fait plus aucun doute que le Rouge et Or de l'Université Laval est l'une des plus prestigieuses organisations d'excellence sportive au Canada.

Fort d'une tradition qui remonte à soixante ans, le programme d'excellence sportive Rouge et Or a vu cinq de ses équipes remporter le championnat canadien de leur discipline (football, volleyball masculin et féminin, soccer masculin et golf masculin). Au cours de l'année 2009-2010, dix nouvelles bannières provinciales sont venues enrichir la collection du Rouge et Or. De plus, de nombreux athlètes ont gravi les marches des podiums en sports individuels lors des différents championnats canadiens. Ces performances sont le gage d'un programme sérieux qui met tout en œuvre pour soutenir ses athlètes et qui n'hésite pas à encourager ces derniers par des moyens mis à leur disposition lors de leurs entraînements.

Ces athlètes d'élite sont des modèles de détermination et de persévérance, non seulement dans leur discipline sportive, mais aussi dans leurs études. Leurs exploits sont fortement véhiculés par les médias, ce qui crée un engouement indéniable parmi la population qui, de plus en plus, offre son soutien à leurs athlètes et suit leurs performances.

Le Club d'athlétisme Rouge et Or

Saison après saison, des athlètes du Club d'athlétisme et de cross-country du programme d'excellence sportive Rouge et Or se démarquent et plusieurs d'entre eux se classent parmi les meilleurs au Québec et au Canada.

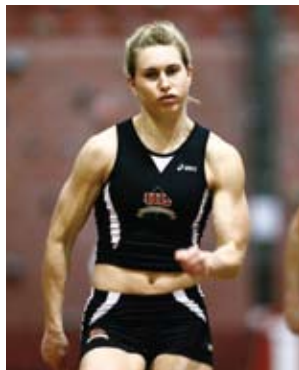
Championne canadienne senior en 2006 au 100 m, Geneviève Thibault s'est rapidement illustrée au niveau universitaire canadien en remportant l'or au 60 m en 2007, 2009 et 2010. Recrue de l'année au Québec, au Canada et du programme d'excellence Rouge et Or pour la saison 2006-2007, Geneviève est déjà considérée parmi les grandes athlètes à avoir porté les couleurs de l'Université Laval. Elle a établi un nouveau record canadien du réseau en 2009 avec un temps de 7,31 secondes au 60 m. À court terme, l'étudiante en génie des eaux vise une participation aux Jeux du Commonwealth en 2010 et une qualification pour les Jeux olympiques de 2012 à Londres.

Parmi les autres excellentes performances récentes du Rouge et Or à l'échelle nationale, notons la médaille d'or au 1 000 m de Tommy Lecours en 2008, la médaille de bronze de l'équipe masculine au relais 4 X 800 m en 2010, la médaille de bronze de Caroline Sow au lancer du marteau et la médaille d'argent au 60 m haies de Geneviève Thibault en 2007.

Le Club de cross-country Rouge et Or

Le cross-country universitaire représente une superbe occasion de s'entraîner et de participer à des championnats très relevés. Le Rouge et Or s'affirme de plus en plus sur la scène québécoise et canadienne alors qu'il a accueilli le Championnat de SIC en 2006 et en 2008 sur les plaines d'Abraham et il répétera l'expérience en novembre 2011.

L'équipe féminine a remporté la bannière provinciale au cours des deux dernières saisons et c'est Catherine Cormier, une étudiante en médecine, qui a franchi le fil d'arrivée en premier dans les deux occasions.



Défi Rouge et Or athlétisme La Galipote

Le Défi Rouge et Or athlétisme La Galipote est une nouvelle activité de financement organisée par le Club d'athlétisme et de cross-country Rouge et Or. Quatre membres d'une même équipe représentant une entreprise parcourent une distance de cinq kilomètres et les temps de chacun des participants sont cumulés. Des catégories féminine, masculine et mixte sont au programme.

Un investissement gagnant

Pour une entreprise, le Défi Rouge et Or athlétisme La Galipote est une excellente façon d'encourager ses employés à relever un nouveau défi, de les stimuler à faire de l'exercice physique et à se dépasser ensemble, renforçant du même souffle leur sentiment d'appartenance envers leur équipe et ou leur organisation.

Nul besoin d'être un athlète de haut niveau pour participer à cet événement. Il faut avant tout avoir un bon esprit sportif, démontrer de la camaraderie et investir quelques efforts physiques.

Date : 15 août 2010

Lieu : Base de plein air de Sainte-Foy

Heure du départ de la course : 9 h

Distance : 5 kilomètres

Procédure : les temps des 4 participants sont additionnés pour donner le temps de l'équipe

Classement : Médailles pour les 3 premières équipes masculines, les 3 premières équipes féminines et les 3 premières équipes mixtes.

Services offerts lors de cette journée par l'organisation et le commanditaire Sports Experts PEPS

- 1) Conférences préparatoires à l'évènement d'une durée d'une heure offerte par Jacques Mainguy entraîneur du Club La Foulée qui organise la course;
Dates des conférences : 3, 5, 17, 19, et 31 juillet. Dates sujettes à changements selon les disponibilités.
- 2) Consultation gratuite pour conseils et essais de chaussures de course à pied chez Sports Experts PEPS avec Jacques Mainguy et ses spécialistes;
- 3) Expertise d'organisation de courses (Club La Foulée/La Galipote);
- 4) Service de sécurité sur le parcours;
- 5) Points d'eau sur le parcours;
- 6) Service infirmier;
- 7) Parcours balisé;
- 8) Animation;
- 9) Lunch après la course (fruits, jus, eau, boissons gazeuses, barres énergétiques);
- 10) Chronométrage et résultats par équipes/entreprises avec médailles aux 3 premières équipes de chaque catégorie. Classement individuel à l'intérieur du classement de La Galipote;
- 11) Site aménagé pour la course;
- 12) Aires de stationnement;
- 13) Prix de présence;
- 14) Service conseil d'un chiropraticien sur place;
- 15) Bourse remise au Rouge et Or athlétisme par La Galipote selon le nombre de participants;
- 16) T-shirt aux couleurs du Rouge et Or pour chaque participant;
- 17) Dossard identifié à l'entreprise.

