

Guide officiel Jeux BSL

Découvrez le guide complet des
festivités et des compétitions qui
animeront notre belle région du
Bas-Saint-Laurent



50+ en action!
RIVIÈRE-DU-LOUP 2024

Programmation

**Informations
pratiques**

Inscriptions

Transport

Partenaires

Pour s'y rendre

Certains clubs prévoient un transport par autobus, des frais de 20 \$ s'appliquent. Informez-vous!



Adresse :

École secondaire de
Rivière-du-Loup (entrée principale)
310, rue Saint-Pierre

INFORMATION ET INSCRIPTION

418 867-6659

jeux50plusbsl@gmail.com

Quoi apporter?



- Bouteille d'eau
- Parapluie
- Sac à dos pour vos déplacements
- Vêtements adaptés à la température
- Cartes d'assurance maladie
- Bâtons de marche (au besoin)
- Jeu de scrabble (au besoin)



CARREFOUR
50+ du QUÉBEC



Rivière-
du-
Loup



50+ en action!

RIVIÈRE-DU-LOUP 2024

Jeux des 50 ans et plus
du Bas-Saint-Laurent

7 septembre 2024

Rivière-
du-
Loup

MRC de
Rivière-du-Loup



CARREFOUR
50+ du QUÉBEC

Grâce à une collaboration avec deux résidences pour aînés, un tournoi amical de petites quilles formule meilleure moyenne est organisé.



Photo : Résidence des Bâtisseurs

Activités en démonstration

Scrabble duplicate

Une variante du jeu de scrabble à jouer en groupe.

Quilles finlandaises

Lancer d'adresse sur des quilles nordiques en bois.

Marche en nature avec bâtons

Redécouvrez vos appuis par la marche avec bâtons en compagnie de Chantal Gagnon.

- 8 h Accueil des participants à l'École secondaire de Rivière-du-Loup
- 9 h Animation 
- 9 h 30 Départ vers les sites d'activités extérieures
- 10 h Compétitions et activités
- 11 h 30 Pause repas - activités et kiosques
- 13 h 30 Départ vers les sites d'activités extérieures
- 14 h Compétitions et activités
- 15 h 30 Fin des compétitions amicales
- 16 h Coquetel de l'amitié, remise de médailles et tirage de prix de présence
- 17 h Départ des participants



Formulaire d'inscription

Numéro de membre Carrefour 50+ : K _____

Prénom/Nom _____ Téléphone _____

Adresse _____

Ville _____ Code postal _____

Courriel _____

Allergies/restrictions alimentaires _____

Choix de menu (servi avec soupe et dessert) :

Longe de saumon grillé Tournedos de poulet

Êtes-vous un responsable d'équipe ? OUI NON

Nom de l'équipe : _____

(veuillez joindre les formulaires de chacun lors de l'envoi)

Paiement des tarifs (incluant les activités, le repas en cafétéria et les taxes) :

Non-membre 40 \$ Accompagnateur 30 \$

Membre Carrefour 50+ 35 \$ Transport autobus 20 \$

TOTAL

Par chèque* : À l'ordre du Carrefour 50+ du Québec

* Veuillez préciser le nom de l'équipe sur le chèque

Par virement Interac : jeux50plusbsl@gmail.com

Question de sécurité suggérée : Année de la 13^e édition?

Mot de passe : 2024

Faites parvenir votre formulaire d'inscription rempli à l'adresse :

75, rue Frontenac, Rivière-du-Loup (Québec) G5R 1S6

Je consens à ce que le Carrefour 50+ utilise les renseignements personnels contenus dans le présent formulaire aux fins de l'organisation des Jeux des 50 ans et plus du Bas-Saint-Laurent.

Le comité organisateur se réserve le droit d'annuler une activité en cas de pluie ou de manque d'inscriptions. Si tel est le cas, votre 2^e choix vous sera attribué. Date limite d'inscription : 31 mai 2024

Faites votre choix!

| | | AVANT-MIDI | | APRÈS-MIDI | |
|-----------------------------------|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | | 1 ^{er} choix | 2 ^e choix | 1 ^{er} choix | 2 ^e choix |
| JEUX INTÉRIEURS | Baseball-poche* (6 par équipe) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | Cerceau-chaises* (individuel) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | Pétanque-atout* (6 par équipe) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | Petites quilles, meilleure moy.* (5 par équipe) | <input type="checkbox"/> | | <input type="checkbox"/> | |
| | Shuffleboard (jeu de palets)* | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| JEUX EXTÉRIEURS | Marche prédiction 1 km* | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | Marche rapide 3 km* | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | Pétanque* (3 par équipe) | <input type="checkbox"/> | | <input type="checkbox"/> | |
| | Tournoi amical de pickleball* (2 par équipe) | <input type="checkbox"/> | | <input type="checkbox"/> | |
| ACTIVITÉS EN DÉMONSTRATION | Scrabble duplicate | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | | |
| | Quilles finlandaises | | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | Marche en nature avec bâtons | | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| SORTIES CULTURELLES | Danse en ligne avec Éric Boucher | | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | Découverte du Vieux Rivière-du-Loup et ses églises | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | | |
| | Visite guidée de l'exposition <i>Visages et paysages</i> au Musée du Bas-Saint-Laurent | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | | |

* Activités avec remise de médailles

Règlements officiels au www.carrefour50.com

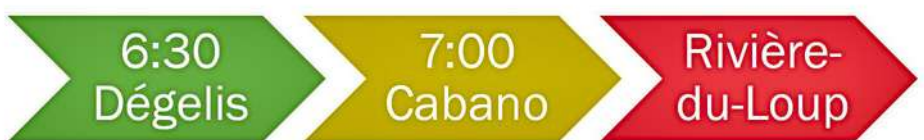


50+en action!
RIVIÈRE-DU-LOUP 2024

Horaire préliminaire

Transport par autobus

20 \$



Inscription : du 31 mars au 31 mai 2024

Coût du transport par personne : 20 \$

Info : 418 867-6659

jeux50plusbsl@gmail.com

2024-03-27

Règlements officiels 2024

13e Jeux du Rassemblement des 50 ans et
plus du Bas-Saint-Laurent



CARREFOUR 50+ DU QUÉBEC

Table des matières

| | |
|------------------------------------|----|
| Jeux intérieurs | 2 |
| Baseball poche..... | 2 |
| Cerceaux-chaises | 5 |
| Pétanque-Atout | 6 |
| Petite quilles | 8 |
| Shuffleboard (jeu de palets) | 11 |
| Jeux extérieurs..... | 13 |
| Marche Prédiction | 13 |
| Marche Rapide | 14 |
| Pétanque..... | 15 |
| Tournoi amical de pickleball | 17 |

Jeux intérieurs

Baseball poche

(Jeu de sacs de sable – intérieur)

Principe du jeu

L'équipe qui est à l'attaque marque des points jusqu'à ce qu'elle obtienne trois (3) retraits, les points sont marqués grâce à des lancers qui permettent au joueur et à son équipe d'évoluer sur les buts. Les équipes jouent en alternance.

Règlements

- Pendant une partie de baseball poche, il est permis de parler, applaudir, rire et crier, dans la mesure où ces manifestations ne nuisent pas à la performance d'un joueur adverse.
- Pour déterminer qui débutera la partie, les capitaines tirent au sort, à pile ou face. Le gagnant a le choix de commencer ou de jouer en deuxième.
- Une partie compte deux équipes de 6 joueurs et dure 5 manches.
- Une manche comportera une présence au bâton (lancer les sacs de sable) jusqu'à ce qu'elle accumule trois retraits.
- Un joueur au marbre a un maximum de trois lancers à effectuer : un joueur lancera jusqu'à ce qu'il atteigne soit un coup sûr (un, deux, trois buts ou circuit), soit un retrait si le joueur n'atteint aucune cible.
- Les joueurs effectuant des coups sûrs devront se positionner adéquatement sur l'aire de jeu selon les résultats obtenus (1er, 2e ou 3e but).
- Les équipes devront, tout au long de la partie, respecter un alignement des joueurs établi et soumis au marqueur officiel en début de partie.
- En cas d'égalité, ce sera le pointage de la 5e manche jouée qui départagera l'égalité. Si l'égalité persiste, on regarde les points de la 4^e manche et ainsi de suite.
- Les retraits : Pour être retirée ou pour constituer « un mort », une personne doit avoir lancé ses trois sacs de sable sans en entrer aucun dans un des trous du jeu ou lancer un sac de sable dans un des trous indiqués « retrait ».
- Les manches : Le capitaine est le seul admis à la table du marqueur. Le capitaine, immédiatement après une manche, et non après la suivante, peut vérifier les résultats du marqueur et demander que les erreurs soient corrigées s'il y a lieu.

Déroulement

- Chaque joueur a droit à 3 lancers de sac de sable.
- Lorsqu'un joueur a lancé un sac de sable dans un des trous du jeu, il n'a plus le droit de lancer un autre sac de sable. Si, à la suite d'un lancer, un sac de sable reste suspendu à l'une des ouvertures du jeu, toute personne pourra enlever ce sac avant de procéder à un autre lancer. Pour être valide, un sac doit entrer au complet et demeurer dans le trou.

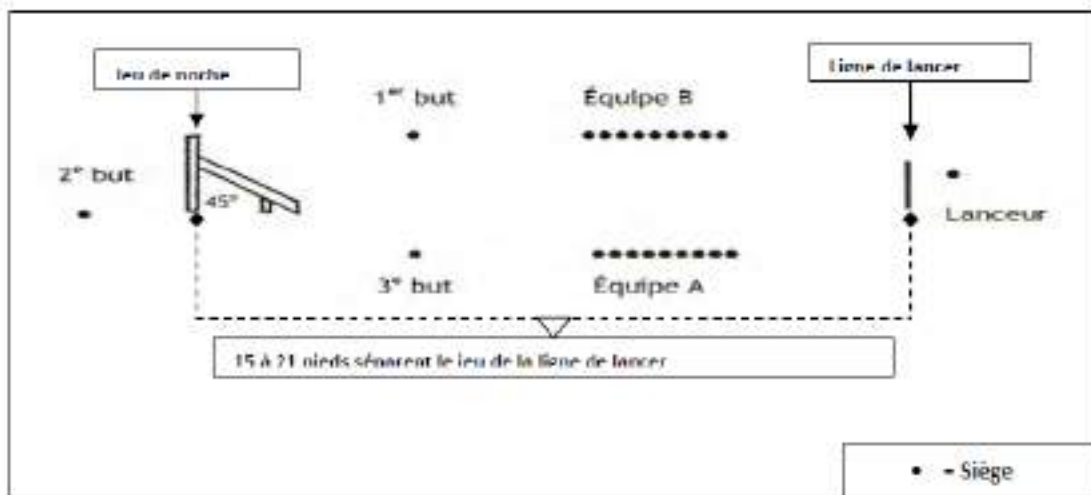
- Si le sac entre dans le trou du 1er but, le lanceur va alors s’asseoir sur la chaise du 1er but, à droite du jeu et attend qu’un autre équipier vienne lancer ses sacs de sable.
- Lorsque le sac de sable tombe derrière la ligne lors du lancer du participant, il peut reprendre celui-ci et le jouer. Toutefois, si le sac tombe en avant de la ligne de lancer, donc dans la zone de jeu, le sac est considéré comme joué.
- Si le sac de sable entre dans le 2e but, la personne qui est au 1er but touche au 2e but et va s’asseoir au 3e but; la personne qui vient de lancer se rend au 2e but.
- Si le lanceur fait un coup d’un but, il va s’asseoir sur la chaise du 1er but, mais la personne au 3e but ne peut pas entrer pour compter un point, car pour compter un point, on doit être obligé d’entrer.
- Lorsque les trois buts sont remplis et que le lanceur suivant fait un coup d’un but, seule la personne du 3e but va toucher la ligne de lancer. Si ce même lanceur fait un coup de deux buts, les personnes assises aux 3e et 2e buts vont alors toucher la ligne de lancer et comptent un but chacune. Si le lanceur fait un coup de 3 buts, les personnes assises aux 3e, 2e et 1^{er} buts viennent franchir la ligne de lancer et comptent un but chacune.

Zone de jeu

Distance du lanceur : Le jeu doit être placé à une distance de 16 pieds à partir du support arrière du jeu à la ligne de lancer, qui correspond au marbre.

Disposition du jeu et des chaises : Comme indiqué sur l’illustration ci-dessous.

Une ligne sur le plancher doit clairement indiquer la ligne de démarcation du lanceur. Si le lanceur touche à cette ligne avec son pied, il perd son lancer.



Matériel : le jeu de « Baseball poche ».

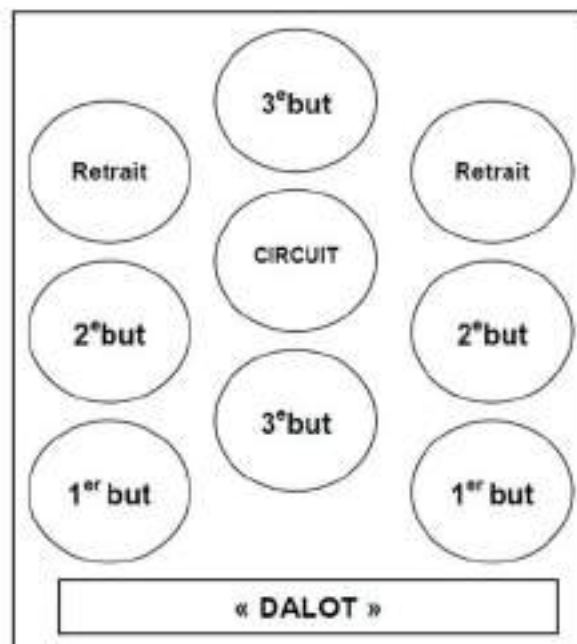
✓ Le sac de sable : Le sac officiel pour la compétition pèse au maximum 51/2 onces et au minimum 5 onces. Il mesure 3 pouces par 4 pouces, une fois rempli.

✓ Le jeu : La dimension du jeu est de 36 pouces par 24 pouces et comprend 9 trous de 4 pouces de diamètre et un dalot de 21 pouces par 5 pouces. L'inclinaison du jeu varie de 30 à 45 degrés.



En compétition

- Une équipe ne doit pas jouer obligatoirement contre une autre équipe, considérant que c'est le pointage de chacune des parties qui compte dans le résultat final.
- Il s'agit d'un tournoi sans élimination. Les gagnants sont les trois équipes ayant amassé le plus de points par rapport à toutes les équipes en compétition.
- Le capitaine inscrit l'alignement de ses joueurs avant le début de la partie.
- Au cours des compétitions, une partie comporte 7 manches. Cependant, pour des raisons de temps, le nombre de manches par partie peut être réduit par les responsables.
- Au cours des compétitions, la limite de points par manche par équipe est établie à 10. Cependant, les points mérités par le dernier lancer seront additionnés (ex. : si, lors du dernier lancer, il y a des personnes sur les buts et que le lancer permet de les entrer, les points seront additionnés).



Cerceaux-chaises

Règlements :

- Identifier 1 responsable de jeu qui agit comme marqueur
- Identifier 1 capitaine équipe
- Identifier un commissionnaire (replacer les chaises, ramasser les cerceaux)
- Équipe de 6 à 8 personnes placées en file indienne derrière la ligne de tir
- Placer 3 chaises pattes en avant l'une à 12 pieds (6 mètres) de la ligne de tir, l'autre à 20 pieds (6 mètres) et l'autre à 25 pieds (8 mètres)
- À chaque tour, le joueur exécute 3 lancers
- La partie se termine après que les joueurs aient passé 3 ou 5 fois
- Allouer 1 point pour chaque patte de la première chaise qui pénètre dans le cerceau, 2 points pour la chaise placée à 20 pieds et 3 points pour la chaise placée à 25 pieds
- Allouer 10 points pour les 4 pates dans le cerceau, 20 points pour la chaise placée à 20 pieds et 30 points pour celle placée à 25 pieds

Matériel requis :

- ❖ 3 chaises par équipe
- ❖ 3 cerceaux par équipe
- ❖ 1 rouleau de tape



Organisation du jeu :

Chaise (25 pieds) Chaise (20 pieds) Chaise (12 pieds) A – B – C – D – E – F (Joueurs)

Chaise (25 pieds) Chaise (20 pieds) Chaise (12 pieds) A – B – C – D – E – F (Joueurs)

Pétanque-Atout

Principe de jeu

Le jeu de pétanque-atout se pratique par équipe de cinq joueurs. Il s'agit de lancer des boules de pétanque dans les trous de la cible où les points sont préalablement indiqués, afin de compter le plus grand nombre de points possible.

L'aire de jeu

- Le joueur doit avoir une zone libre de 4 pieds derrière et autour de lui, à partir de la ligne de lancer;
- La ligne de lancer est à 18 pieds des pattes de la cible et est en ligne droite;
- Si on est à l'intérieur, il faut s'assurer d'avoir un espace entre la cible et le mur d'au moins 1 pied. Si plusieurs jeux se déroulent en même temps, mettre 4 pieds de distances entre les zones de jeu.

Règles du jeu

- On tire au sort pour savoir quelle équipe commence;
- L'ordre des joueurs est déterminé avant la partie au sein de l'équipe;
- Le joueur qui commence se place derrière la ligne de lancer, face à la cible, pour lancer;
- Si on touche à la ligne de lancer, on a 5 points de pénalité et on perd son lancer;
- Chaque joueur dispose de trois boules de pétanque qu'il doit lancer l'une à la suite de l'autre, en les faisant rouler à la façon du jeu de quilles. Toutes les positions pour lancer une boule sont acceptées;
- Pour une partie complète, chaque joueur doit lancer 15 boules, soit 5 manches de 3 boules chacune;
- Le joueur lance les trois boules et l'officiel fait le compte, puis retire les boules de la cible. C'est maintenant au joueur suivant de s'exécuter;
- Une boule lancée qui revient dans la zone libre du jeu doit être enlevée au fur et à mesure;
- Une manche est complète lorsque tous les joueurs de chaque équipe ont lancé toutes leurs boules;
- Toute boule lancée dans la zone libre sera considérée comme jouée. Une boule échappée n'est pas considérée comme jouée;
- Le calcul des points s'effectue en additionnant ou soustrayant les points indiqués pour chaque trou de la cible. Le gagnant est celui qui accumule le plus grand nombre de points après cinq manches. En cas d'égalité, une manche complète en « sans atout » sera jouée afin de déterminer le gagnant, mais le pointage initial demeure;

- Un tournoi est complété après 5 fois 5 manches **ou selon les directives émises au début du tournoi; le comité organisateur se réserve le droit de modifier le nombre de manches en fonction du nombre d'inscriptions reçues.**
- Les mêmes directives s'appliquent que l'on joue à l'extérieur ou à l'intérieur;
- Une partie comprend 5 manches. Chaque manche comporte un atout différent et se complète par un « sans atout »;
- L'ordre des atouts est le suivant :
 - ❖ 1re manche : pique
 - ❖ 2e manche : trèfle
 - ❖ 3e manche : carreau
 - ❖ 4e manche : cœur
 - ❖ 5e manche : sans atout
- Le pointage inscrit sur le jeu double selon l'atout de la manche;
- Les pointages négatifs ne doublent pas lorsqu'on joue avec un atout, mais doublent en sans atout; il en est de même du +15; Tout double au sans atout.
- Si la boule frappe au fond du jeu et revient sur le jeu : la boule n'est pas bonne et ne peut compter;
- Si la boule est retenue par une autre déjà dans un trou, cette deuxième boule ne compte pas.

L'équipement

- Une cible, telle qu'illustrée;
- Des boules de pétanque (voir le jeu précédent).



Petite quilles

Type de tournoi :

La formule du tournoi sera celle de **MOYENNE À BATTRE**. Autrement dit, nous calculons la moyenne des cinq (5) joueurs de l'équipe. Le cumulatif sera donc le pointage à battre par cette équipe.

Avant le début de la compétition, une période d'échauffement est prévue. La durée de cette période sera annoncée lors de l'arrivée des compétiteurs.

Chaque équipe joue (2) parties régulières afin de battre leur moyenne.

Il n'y aura pas de finale, après (2) parties, c'est le meilleur différentiel entre la moyenne à battre et le résultat de la meilleure des trois (2) parties de l'équipe, qui déterminera les gagnants.

En cas d'égalité, l'équipe qui avait la meilleure moyenne cumulative sera classée meilleure.

Pour compter les points, le système électronique en place sera utilisé.

Équipe

Une équipe est composée de cinq (5) personnes, dont un capitaine. Une équipe peut être composée de cinq (5) personnes du même sexe ou non.

Calcul de la moyenne

Pour attester de la moyenne des joueurs de chaque équipe, une feuille comprenant le nom du joueur et sa moyenne doit être signée par le responsable de la salle de quilles où il joue régulièrement.

Si un participant n'a pas de moyenne établie et qu'il ne joue pas régulièrement aux quilles, voici la moyenne à appliquer pour les hommes : 125 et pour les femmes : 100.

Matériel

- De façon générale, l'organisation fournit le matériel nécessaire à la compétition.
- Au cas où l'on ne pourrait vous fournir des souliers de quilles à votre pointure, prévoyez des souliers d'intérieur.

Équipement spécial pour agripper la boule

- Un joueur peut utiliser un équipement spécial, comme un gant de caoutchouc, pour l'aider à mieux agripper et à lancer la boule.

Aire de jeu

C'est l'organisation qui choisit le site de la compétition et les aires de jeu pour la compétition.

Déroulement

Une partie de quilles est constituée de dix carreaux. Un joueur doit lancer deux boules dans chacun des neuf premiers carreaux, à moins d'un abat qui termine immédiatement son tour. Le dixième carreau est particulier : en cas d'abat, deux lancers supplémentaires sont accordés et un (1) seul en cas de réserve.

Chacun des quilleurs doit compléter tous les carreaux dans l'ordre de l'alignement.

Pointage

Le total des points détermine les équipes gagnantes. Il n'y a aucune forme d'élimination. Pour compter les points, le système électronique en place est utilisé.

Égalité

En cas d'égalité au pointage final, l'équipe ayant joué la partie avec le plus haut pointage aura un classement plus haut.

Fautes et pénalités

Lorsqu'une faute est commise, le lancer est recevable, mais le pointage qui y est associé ne peut être alloué au joueur. Il y a faute si :

- Une partie du corps d'un joueur touche ou traverse la ligne de faute
- Pendant ou après le lancer, la boule touche le dalot, de l'équipement ou de la bâtisse.

Faute délibérée

Lorsqu'un joueur commet délibérément une faute afin d'en bénéficier, on lui attribuera un pointage nul (0) sur ce lancer, et il lui est interdit de relancer dans ce carreau.

Lancer réglementaire

Le lancer est réglementaire si la boule traverse la ligne de faute pour se retrouver sur la surface de jeu sans qu'aucune partie du corps du lanceur n'ait touché ou dépassé la ligne de faute. Les quilles abattues seront alors allouées.

Tous les lancers comptent à moins que l'on déclare une « boule morte », alors le lancer ne compte pas et pourra être repris.

- Si la boule quitte l'allée avant d'atteindre les quilles, le lancer compte.
- Si le lanceur commet une faute, le lancer compte, mais pas le score.
- Si la boule rebondit du coussin arrière, le lancer compte, mais pas le score.
- Si une quille entre en contact avec l'appareil mécanique, le lancer compte, pas le score.
- Si la boule touche la barre de balayage, toutes les quilles sont « mortes » et retirées avant le prochain lancer. Si le quilleur a d'autres lancers dans ce carreau, les quilles anormalement abattues doivent être replacées à leurs positions d'origine avant les autres lancers.

Boule morte

Une boule est déclarée « morte » si :

- Il y a interférence de la part du planteur sur une quille avant que la boule rejoigne les quilles.
- Un quilleur s'exécute sur la mauvaise allée ou de façon hors contexte.
- Un quilleur est dérangé durant son lancer par un autre joueur, un spectateur ou par un objet en mouvement devant lui, et avant que la boule n'ait quitté sa main.

- Une quille est déplacée ou abattue par autre chose que le lancer du joueur durant un lancer.
- Une quille lancée heurte un objet mobile étranger.

Quilles abattues de façon réglementaire :

- Si le lancer est réglementaire, les quilles abattues sont réglementaires. Cela inclus :
 - Qu'elles soient chassées hors de l'allée par la boule ou une autre quille (elle peut avoir rebondi sur une paroi latérale ou le coussin arrière)
 - Qu'elles touchent la fosse.
- Après un lancer, une boule demeure en jeu jusqu'à ce que le même joueur ou un autre joueur prenne position pour exécuter le prochain lancer.

Disposition incorrecte des quilles

Il incombe à chaque quilleur de s'assurer de la disposition correcte des quilles. Le quilleur doit demander (avant que sa boule ne soit lancée) que toute quille mal déposée soit remise en place correctement, sinon la mise en place est considérée comme acceptée.

Les exceptions suivantes s'appliquent :

- Si l'appareil mécanique a fait bouger ou déplacer une quille durant le lancer
- Si la barre de balayage bloque l'accès à une quille durant le lancer; alors les quilles seront replacées et le lancer sera repris.

Remplacement de quilles

- Si une quille se brise ou est gravement endommagée durant la partie, elle doit être immédiatement remplacée par une quille similaire en poids et état avec le jeu de quilles actuellement utilisé. Les officiels prendront la décision de remplacer la quille.
- Une quille endommagée ne modifie pas le score du quilleur. Les quilles abattues sont retenues dans le résultat du quilleur et la quille endommagée est ensuite remplacée.

Jouer sur la mauvaise allée

Lors du jeu, une boule « morte » sera déclarée et le ou les joueurs devront s'exécuter à nouveau sur la bonne allée quand :

- Un quilleur joue sur la mauvaise allée.
- Plus d'un joueur de la même équipe joue sur la mauvaise allée à leur tour : la partie sera complétée sans qu'aucun changement ne soit fait. Après constatation du fait, les quilleurs devront compléter les carreaux subséquents sur les allées appropriées.

Shuffleboard (jeu de palets)

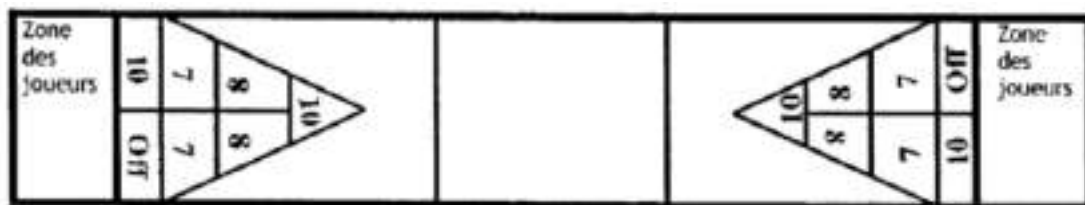
Principe du jeu

Un joueur de chaque équipe se place à chacune des extrémités du jeu. Les deux adversaires d'une des extrémités poussent leurs disques l'un après l'autre vers le triangle à l'autre bout. Quand les points sont comptés, c'est au tour des joueurs de l'autre extrémité de lancer leurs disques.

Le but du jeu est de marquer le plus de points possible, tout en empêchant l'autre équipe d'en marquer. Pour nuire à l'adversaire, on doit pousser ses disques en dehors du triangle en le délogeant des cases de points.

Zone de jeu

- Le terrain de jeu est une grande surface, en tapis, qui mesure 35 pieds de long par 6 pieds de large;
- À chaque bout, un triangle est dessiné avec des zones de points différentes;
- La zone la plus au bout est d'une valeur de -10 : elle vaut donc 10 points négatifs. Si on tombe dessus, on perd donc 10 points au lieu d'en gagner;
- La zone neutre (sans point) du centre mesure 12 pieds et est délimitée par deux lignes;
- Les joueurs doivent se placer à l'extérieur de la surface de jeu, mais doivent respecter la zone de jeu (voir ci-dessous);
- Les partenaires d'une même équipe sont en diagonale, l'un à chaque extrémité. Ainsi, les deux équipes sont disposées en croisé et se font face.



Matériel

- 8 palets (rondelles) de deux couleurs différentes, mesurant 6 pouces de diamètre et 1 pouce d'épaisseur (4 palets de même couleur par équipe);
- 4 bâtons (perches) d'environ 6 pieds faits exprès pour jouer aux palets (tête en demi-cercle).

Équipe

Deux joueurs par équipe et on nomme un capitaine.

Déroulement

- On tire à pile ou face à l'aide d'une pièce de monnaie pour déterminer qui commence. Celui qui remporte décide la couleur de disque qu'il veut (il conservera celle-ci toute la partie);

- On place les disques pâles sur le côté droit et les foncés à gauche. Les disques pâles commencent toujours la manche de droite, les disques foncés la suivante, sans changer de position, et ainsi de suite;
- Une partie compte habituellement 8 allers-retours (8 manches dans un sens et 8 manches dans l'autre).

Pointage

- Chaque disque qui est dans un endroit marqué, ne touchant pas de ligne, rapporte soit 10, 8 ou 7 points dépendamment de la valeur de la zone. Aussi, il peut être de valeur de -10 s'il est dans la case de cette valeur;
- Un disque qui touche une ligne ne rapporte pas de point;
- Le total des points détermine l'équipe gagnante. Si égalité, on regarde laquelle des équipes aura accordé le moins de points à l'autre.

Disque hors-jeu

Les disques hors-jeu peuvent être remis dans les zones de joueur. Un disque est hors-jeu quand :

- il touche n'importe quoi sauf un autre disque;
- il s'arrête avant la ligne la plus éloignée délimitant la zone neutre;
- il dépasse de plus de la moitié les lignes de côtés.

Fautes et punitions

Au départ :

- Un joueur qui pousse un disque qui n'est pas dans la zone de départ (soit la moitié du « 10 en moins » délimité par la ligne pointillée) perd 5 points;
- Un joueur qui met le pied sur la ligne de limite ou qui la dépasse pendant qu'il pousse le disque perd 5 points;

Pendant le jeu :

- Un joueur qui nuit à un adversaire pendant qu'il exécute son coup perd 5 points;
- Les joueurs poussent chacun leurs quatre disques à tour de rôle jusqu'à ce que les huit (8) disques soient déplacés. C'est alors que l'on compte les points. C'est l'arbitre ou le marqueur qui donne le signal permettant aux joueurs de retirer les rondelles. Un joueur qui retirerait les rondelles avant ce signal serait passible de perdre tous les points que ces rondelles lui auraient fournis.

Jeux extérieurs

Marche Prédiction

1 km

Principe de la discipline

Chaque participant parcourt la distance de 1 kilomètre en respectant sa prédiction du départ pour le temps que cela lui prendra. Le but est de terminer le parcours dans un temps le plus près possible de celui prédit au départ. On calculera l'écart entre le temps prédit et le temps réel à la fin pour chaque joueur. Par exemple, Jeannine dit pouvoir compléter le trajet en 20 minutes et elle y arrive finalement en 25 minutes, dépassant sa prédiction de seulement 5 minutes.

Matériel

- La montre est interdite sauf pour les chronomètres : les joueurs ne doivent pas en avoir sur eux;
- On recommande d'utiliser un vrai chronomètre plutôt qu'une montre, la lecture du temps est plus facile;

Déroulement

- Les départs se font à tour de rôle ou par groupe.
- On chronomètre chaque marcheur individuellement.
- Les membres de l'équipe parcourent le circuit en même temps.

Pointage

- On calcule l'écart entre le temps prédit et le vrai temps pour chaque marcheur.
- On additionne les écarts pour l'équipe.
- L'équipe gagnante est celle qui a l'écart de temps le moins élevé.
- Un écart négatif ou positif a la même valeur (Si l'on est arrivé 5 minutes avant ou 5 minutes après, l'écart est de 5 quand même).

Disqualification

Une personne est disqualifiée si elle reçoit de l'information sur le temps qu'elle dispose, soit d'une montre ou en lui faisant des signes.



Marche Rapide

3 km

Principe de la discipline

- Ce jeu se fait individuellement, chaque personne devant parcourir 3 kilomètres. Celui ou celle qui a le meilleur temps remporte. Seule la marche est permise.

Zone de marche

Le circuit de marche est délimité à l'extérieur.

Déroulement

- Les départs se font en groupe. On chronomètre les marcheurs individuellement.
- Pour dépasser un autre marcheur, on passe à l'extérieur du circuit.

Pointage

- Le ou les gagnants sont les plus rapides.
- Si toutefois on court, on est disqualifié.
- Un des pieds doit toujours être en contact avec le sol.

Pétanque

Principe du jeu

Le but est de placer les boules le plus près possible du but, tout en restant dans le cercle du lancer.

Zone de jeu

Le terrain extérieur est sur du sable et mesure 6 pieds de largeur par 35 pieds de longueur.

Matériel

Les boules de pétanque sont en métal et ont un diamètre entre 7,05 cm et 8 cm.

Leur poids est d'environ 650 à 800 grammes. En compétition, on utilise les boules de série compétition (diamètre et poids contrôlés) puisqu'elles permettent de meilleures performances, étant mieux calibrées.

Le but est en bois et a un diamètre entre 25 mm et 35 mm. Le but peut être peint.

En pleine partie, on ne peut changer de boules et de but, à moins de perdre ou de briser l'un ou l'autre.

Équipe

Une équipe est composée de 3 joueurs qui ont chacun deux boules. On nomme un capitaine.

Déroulement

- On tire au sort pour savoir quelle équipe commence.
- Le joueur de l'équipe qui commence trace un cercle d'environ 35 – 50 cm à l'une des extrémités du terrain. Ce cercle est l'endroit où se tiendront les joueurs lorsqu'ils lanceront les boules.
- Pour que le but lancé soit valable, il faut que la distance entre le but et le bord du cercle mesure entre 6 et 10 mètres. Le but doit aussi être visible du cercle.
- On joue deux parties et on additionne les points pour savoir quelle équipe remporte lors d'une compétition. Sinon, on peut jouer qu'une seule partie si seulement deux équipes jouent.
- Après trois tentatives non valables de lancer du but, on remet le but à l'équipe adverse qui devra tenter de bien positionner le but, elle dispose également de trois lancers. Toutefois, la première équipe qui a perdu le but jouera en premier quand même.

Le but

- Si le but est déplacé en raison du vent ou de manière accidentelle, on le remet à sa place. On s'entend au besoin entre capitaines.
- Si le but est déplacé au cours d'une mène, la mène se termine. On replace alors le but à la mène suivante au point où il se trouvait avant d'être déplacé.
- Une mène ne peut être annulée parce que la boule la plus près du but est jugée trop loin.

Les boules

- Avant de lancer sa boule, s'assurer qu'elle n'a pas de saleté qui pourrait nuire.
- Lorsqu'on joue sa dernière boule, il est interdit de tenir une boule supplémentaire à la main.
- Une boule jouée ne peut être rejouée, à moins qu'elle ait été déplacée par des boules ou le but d'une autre partie.
- Il n'y a pas d'essai pendant une partie.
- Si une boule touche la limite du jeu, elle est bonne quand même. Seules les boules qui sortent du jeu sont retirées.
- Seulement les capitaines peuvent se placer entre le but et le cercle de lancer. Les autres joueurs se tiennent en arrière du cercle de lancer.

Les points

- Les parties se jouent en treize (13) points.
- Il est interdit de ramasser les boules jouées avant la fin de la mène. Pour la mesure d'un point, il est permis de déplacer, après avoir marqué, les boules et les obstacles situés entre le but et les boules à mesurer. À la suite de la mesure, les boules et les obstacles doivent être remis à leur place.
- La décision de mesurer un point incombe au capitaine. Quel que soit le rang des boules à mesurer et le moment dans une mène, un arbitre peut être consulté et sa décision est sans appel. Les mesures doivent être faites avec des instruments appropriés, peu importe la distance entre la boule la plus proche et le but.
- À la fin d'une mène, toute boule enlevée avant le décompte des points est nulle si elle n'a pas été marquée; aucune réclamation n'est admise à ce sujet. Le point est perdu pour une équipe si l'un des joueurs effectuant une mesure déplace le but ou l'une des boules. Tout corps étranger qui adhère à la boule ou au but doit être enlevé avant la mesure du point.
- Si au cours d'une mène, le but sort du terrain délimité et qu'une seule des deux équipes a encore des boules à jouer, celle-ci marque autant de points qu'il lui reste de boules à jouer. Si les deux équipes ont des boules à jouer la mène est annulée.



Tournoi amical de pickleball

Principe du jeu

- Chaque équipe comprend deux (2) joueurs, dont un capitaine.
- Le Pickleball est un jeu de raquette simple, joué avec une balle spécialement perforée. Il faut envoyer la balle par-dessus le filet, de type tennis sur un terrain de la taille d'un terrain de badminton.

Matériel

- Le filet peut être constitué de n'importe quel matériau entre-maillé. Le maillage du filet doit être suffisamment petit pour éviter qu'une balle ne puisse le traverser. La longueur du filet doit être d'au moins 20 pieds (6,1 m.) s'étendant d'une ligne de côté à l'autre. Sa hauteur (largeur) doit être d'au moins 2 ½ pieds (0,8 m). Le filet doit être suspendu au centre du terrain, à 36 pouces (0,914 m) de haut sur les côtés et de 34 pouces (0,86 m) de haut au centre du terrain. La partie supérieure du filet doit être légèrement recouverte avec une bordure de 2 pouces (5,1 cm) blanche sur un cordon ou un câble qui soutient le filet.
- Les poteaux doivent être placés à l'extérieur du terrain. Le placement recommandé est de 12 pouces (30,48 cm) de la ligne de côté.
- La balle standard doit être faite d'une matière plastique moulée et durable avec une surface lisse et sans texture. La balle doit être 2.874 pouces (73mm) à 2.972 pouces (75.5mm) de diamètre. La balle doit peser entre 0,78 et 0.935 onces (22 et 26,5 grammes). La balle doit avoir un minimum de 26 jusqu'à un maximum de 40 trous circulaires.
- La raquette peut être faite en tout matériel jugé sécuritaire et qui n'est pas interdit dans les règlements. La raquette doit être faite relativement rigide, d'un matériel non compressible. La surface de frappe de la raquette ne doit pas contenir de trous, entailles, de texturation rugueuse, bande, caractéristiques réfléchissantes, ou des objets qui permettent à un joueur de donner un effet supplémentaire ou une amélioration sur la trajectoire de la balle. La longueur et la largeur totale y compris tous capuchons, protecteur de bord et autre ne doit pas dépasser 24 pouces (60,96 cm) au total. La longueur de la raquette ne peut pas dépasser 17 pouces (43,18 cm). Il n'y a aucune restriction sur l'épaisseur de la raquette. Il n'y a aucune restriction de poids.

Aire de jeu

- Le terrain est un rectangle de 20 pieds (6,10 m) de large et de 44 pieds (13,41 m) de long. Les mesures du terrain sont prises à l'extérieur des lignes. Les lignes doivent être de 2 pouces (5,1 cm) de largeur.

Déroulement

- La balle est servie de bas en haut sans rebondir du côté du serveur et en diagonale vers l'adversaire. Le service doit être fait avec un mouvement du bas vers le haut de sorte que le contact avec la balle soit fait au-dessous du niveau de la taille (la taille est définie comme le niveau du nombril).

- Avant de servir, ses 2 pieds doivent être derrière la ligne de fond. Au moment où la balle est frappée, au moins un pied doit être au sol à l'intérieur de la zone de service derrière la ligne de fond et les pieds du serveur ne peuvent pas toucher la surface du jeu (la ligne de fond faisant partie de la surface de jeu) avant que la balle n'ait fait contact avec la raquette. La zone de service est délimitée par l'espace situé derrière la ligne de fond et entre les lignes imaginaires étendues de la ligne centrale et de la ligne de côté.
- Lors du service, la balle doit toucher par terre en diagonale avant que l'adversaire ne puisse la frapper et la même règle s'applique sur le retour du service, la balle doit toucher par terre (peu importe où sur le terrain) avant d'être frappée à nouveau, par la suite, on peut jouer à la volée (c'est ce qu'on appelle la règle des 2 bonds).

Pointage

- Les points sont marqués par le côté qui sert, uniquement, et se produisent lorsque l'adversaire commet une faute (ne renvoie pas la balle, frappe la balle hors des limites, etc.).

Le serveur continue à servir, en alternant de zone à chaque service, jusqu'à ce qu'il y ait faute de la part du côté serveur.

- Le premier côté marquant 11 points et menant par au moins 2 points de différence obtient la victoire.

En cas d'égalité

- En cas d'égalité rendu à 10 points, le jeu continue jusqu'à ce que l'une des 2 équipes gagne par 2 points de différence.

Fautes et règles

- Frapper la balle dans le filet sur le service ou au retour.
- Frapper la balle hors des limites.
- Frapper la balle après qu'elle ait rebondi deux fois sur le même côté du terrain.
- Lorsque les vêtements d'un joueur, ou une partie d'un joueur ou si la raquette touche le filet ou le poteau lorsque la balle est en jeu.
- La balle en jeu frappe un joueur ou quoi que ce soit que le joueur porte ou transporte. Il existe une exception à cette règle: si la balle frappe la main qui tient la raquette, en dessous du poignet, la balle demeure en jeu.
- Si le joueur est en train de changer de main ou a les deux mains sur la raquette, ou tente un coup à deux mains alors n'importe laquelle des deux mains qui tient la raquette peut être frappée en dessous du poignet, alors la balle est considérée en jeu.
- Une balle en jeu qui frappe un objet permanent et rebondit sur le terrain
- Si la balle en jeu heurte un objet permanent après qu'elle ait rebondi sur le terrain, le joueur qui a frappé la balle gagne l'échange. Si la balle en jeu heurte un objet permanent avant qu'elle rebondisse sur le terrain, c'est une faute.

- Si la balle touche le filet et traverse, il n'y a pas de faute, sauf si cela contrevient aux règles de service.
- Le service est fait en faisant rebondir la balle sur la surface de jeu avant de la frapper.
- Un joueur frappe la balle avant qu'elle ne passe de l'autre côté du filet.

Le comité organisateur souhaite offrir la possibilité de jouer un minimum de trois parties à chaque participant et ce dans toutes les disciplines. Les catégories d'âge seront en fonction du nombre d'inscriptions dans chaque discipline.





Le 20 mars 2024 —

La 13e édition des Jeux des 50 ans et plus du Bas-Saint-Laurent est lancée !

Rejoignez-nous pour une célébration énergique de la culture et du sport à Rivière-du-Loup le 7 septembre.

50+ en action ! Ce n'est pas qu'un thème, c'est une promesse de plaisirs, de partage et d'esprit communautaire.

À vos marques, prêts, rayonnez !

Dignitaires (de gauche à droite) :

M. Michel Lagacé, préfet de la MRC de Rivière-du-Loup; M. Mario Bastille, maire de Rivière-du-Loup; M. Daniel Thériault, président du comité organisateur et M. Richard Rancourt, président du Carrefour 50+ du Québec



Collaborateurs (de gauche à droite) :

Mme Marie-Noëlle Richard, agente de développement communautaire famille et aînés ; M. Germain Duclos, président du comité hôte; Pierre Rouleau (à l'arrière) membre du comité organisateur; M. Daniel Thériault, président du comité organisateur; Mme Sonia Desjardins, Résidence des Bâisseurs; M. Richard Rancourt (à l'arrière), président du Carrefour 50+ du Québec; Mme Joane Michaud, Art Académie; Mme Mélodie Lachance, coordonnatrice; Mme Édith Samson, conseillère municipale; M. Mario Bastille, maire de Rivière-du-Loup; M. Harold Lebel, directeur général du Carrefour 50+ du Québec; Mme Amélie Martineau, attachée politique de la député Amélie Dionne; Mme Johanne Lizotte, AQDR; M. Michel Lagacé, préfet de la MRC de Rivière-du-Loup; M. Benoit Belzile, Résidence des Bâisseurs; Mme Monique Dionne, Tourisme Rivière-du-Loup, ainsi que M. Louis-Marie Bastille, président de Loisir et Sport Bas-Saint-Laurent.

www.carrefour50.com



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

POUR DIFFUSION IMMÉDIATE

La programmation des Jeux des 50 ans et plus du Bas-Saint-Laurent est dévoilée

RIVIÈRE-DU-LOUP, le mercredi 20 mars 2024 / Le comité organisateur des Jeux des 50 ans et plus du Bas-Saint-Laurent dévoile aujourd'hui la programmation de sa 13^e édition. Cette joute amicale des clubs des 50 ans et plus du Bas-Saint-Laurent se tiendra à Rivière-du-Loup le 7 septembre 2024 sur le thème « 50+ en action! » Rappelons que les principaux objectifs de cet événement sont de promouvoir la pratique de l'activité physique, de loisir et d'activités culturelles auprès des aînés.

DES NOUVEAUTÉS EN 2024

En plus des activités intérieures de pétanque-atout, de baseball-poche, de cerceaux-chaises et de *shuffleboard* s'ajoutent les petites quilles, grâce à la collaboration de la Résidence des Bâisseurs et du Manoir Lafontaine. Très attendu, le premier tournoi amical de *pickleball* permettra aux gens de se mesurer sur les terrains de la ville situés tout près du site principal, soit l'École secondaire de Rivière-du-Loup. Le parc du Campus-et-de-la-Cité sera également l'hôte des épreuves de pétanque, de marche prédiction 1 km et de marche rapide 3 km.

DES ACTIVITÉS EN DÉMONSTRATION

Ce rendez-vous permettra aussi aux membres de s'initier à d'autres disciplines, notamment aux quilles finlandaises, qui sont de plus en plus connues, et au scrabble *duplicate*, une version de groupe du populaire jeu. Une initiation à la marche avec bâtons sera également offerte au parc de la Pointe. L'offre d'activités culturelles inclut une visite guidée du Vieux Rivière-du-Loup, ainsi que la visite de quelques expositions, dont *Visages et paysages* au Musée du Bas-Saint-Laurent.

DE NOMBREUX PARTENAIRES

Selon Richard Rancourt, président du Carrefour 50+ du Québec : « Non seulement toutes les activités sont un prétexte pour ce grand rassemblement festif d'aînés du Bas-Saint-Laurent, il est exemplaire dans la mise en commun des ressources de la MRC, de la Ville, du Carrefour 50+ et des principaux partenaires. Je suis optimiste pour le succès à venir et j'invite les gens à s'inscrire en grand nombre. »

« La MRC de Rivière-du-Loup est fière de soutenir financièrement cet événement, qui s'inscrit parfaitement dans la vision de notre Politique territoriale Familles et Aînés, adoptée en 2022. Cette initiative, à l'instar de notre politique, vise à atténuer l'isolement des personnes âgées en leur offrant une gamme variée d'activités adaptées à leurs besoins, tout en encourageant un mode de vie physiquement actif », souligne le préfet de la MRC de Rivière-du-Loup, Michel Lagacé.

Galvanisée par son expérience récente dans l'accueil de grands événements, la Ville de Rivière-du-Loup est fière de recevoir la prochaine édition des Jeux et d'offrir un soutien logistique à leur organisation. « Il y a un an, lors de la 56^e Finale des Jeux du Québec, nous avons pu lire toute la fierté et le bonheur dans les yeux des jeunes athlètes. Nous avons déjà hâte de voir briller ceux des participants et participantes à ce grand rendez-vous régional. Je souhaite qu'ils vivent chez nous une journée riche en plaisir, en entraide et en rencontres » soutient le maire Mario Bastille.

De plus, une liste importante de commanditaires se greffe à l'organisation, dont Loisir et Sport Bas-Saint-Laurent. Pour Louis-Marie Bastille, président : « c'est par des événements comme les Jeux du Rassemblement des 50 ans et plus que le Bas-Saint-Laurent démontre sa volonté d'offrir aux aînés des expériences positives d'activités physiques, culturelles et de loisir. Notre organisation est enthousiaste de soutenir cette initiative permettant le maintien d'une bonne santé pour nos aînés. »

Il est encore possible de contribuer financièrement à l'événement en tant que partenaire OR, ARGENT et BRONZE. Le Groupe Radios Simard, à titre de partenaire PLATINE, fera généreusement mousser la campagne d'inscription à la grandeur de la région sur les ondes radiophoniques de ses stations.

BIENTÔT, LES INSCRIPTIONS

Les gens âgés de 50 ans et plus au 7 septembre 2024 pourront s'inscrire à l'événement dès le 31 mars 2024. Ils trouveront le formulaire d'inscription sur le site carrefour50.com, auprès d'un club de leur secteur ou encore en communiquant avec Mélodie Lachance, coordonnatrice, au 418 867-6659. Le principe du premier arrivé, premier servi s'appliquera pour le choix des activités. Les inscriptions seront acceptées jusqu'au 31 mai prochain.

L'an dernier, la 12^e édition, tenue à Saint-Mathieu-de-Rioux, a rassemblé 332 personnes, dont 49 % étaient âgées entre 70 et 79 ans. Les activités les plus populaires furent le baseball-poche et la pétanque-atout. On prévoit cette année une hausse des inscriptions dans la tranche d'âge des 50 à 59 ans en raison du tournoi amical de *pickleball*.

INFO :

Mérodie Lachance, coordonnatrice des jeux

mlachance@villerdL.ca | 75, rue Frontenac, Rivière-du-Loup (Québec) G5R 1S6

Tél. : 418 867-6659

Harold Lebel, directeur général du Carrefour 50+ du Québec

chprojet@carrefour50.com | 207-148, av. Belzile Rimouski (Québec) G5L 3E4

Tél. : 418 722-6066 / 1 855 722-6077

P.-j. Liste des partenaires financiers en date du 19 mars 2024

Partenaires MAJEURS



CARREFOUR
50 + du QUÉBEC



MRC de
Rivière-du-Loup

Rivière·
du·Loup

Partenaires PLATINE 5000 \$



LOISIR
et **SPORT**
BAS-SAINT-LAURENT



GROUPE RADIOSIMARD

Partenaires OR 2000 \$ à 4999 \$

beneva



Partenaires ARGENT 1000 \$ à 1999 \$



Partenaires BRONZE 100 \$ à 999 \$

Club Voyages FP

Bernard Généreux, député fédéral
Montmagny—L'Islet—Kamouraska—Rivière-du-Loup

Amélie Dionne
Députée de Rivière-du-Loup-Témiscouata

Restaurant St-Hubert

Dentiste Geneviève Lafrance

Liste des autres collaborations en date du 19 mars 2024 :

- AQDR section Rivière-du-Loup
- Atelier de menuiserie communautaire de Rivière-du-Loup
- Boutique Art-Académie
- CISSS Bas-Saint-Laurent
- Tourisme Rivière-du-Loup