

## Détails concernant l'activité de plongée sous-marine

### 2 groupes par jour

Esc 629 + Esc 921 Québec / Ancienne-Lorette 2023-03-11 - samedi 48 2 **11h30 à 14h**  
**16h à 18h30**

Esc 629 + Esc 921 Québec / Ancienne-Lorette 2023-03-18 - samedi 48 2 **11h30 à 14h**  
**16h à 18h30**

Si ce n'est pas déjà fait, en pièce jointe les deux documents obligatoires à faire remplir au parent pour tous les participants de 17 ans et moins.

- Déclaration médicale du candidat complété (si le candidat coche OUI à une question, il ne pourra PAS plonger)
- Formulaire d'exonération  
SLCV complété

### DÉROULEMENT : (horaire type)

- Les heures de réservation représentent l'heure à laquelle les instructeurs de plongée vous attendent en piscine. Vous pouvez donc arriver au centre des sports en avance pour vous changer et vous préparer à l'activité. Donc, étape par étape voici à quoi ressemble l'activité.

Lieu : Centre des sports Valcartier (PSP-à l'entrée de la base militaire)

Lors de votre arrivée, informer l'accueil que vous êtes le groupe de plongée. Ils vous guideront vers les vestiaires et les plateaux.

Temps	Groupe 1	Groupe 2	Note
10h45	Départ des cadets en autobus		Point de service 1625, rue Notre-Dame, L'Ancienne-Lorette
11h15	Arrivée au Centre des sports Valcartier		Base Valcartier, Édifice 516, C.P. 1000, Succ. Forces, Courcellette, QC G0A 4Z0
11h15 à 11h30	Vestiaires		Demander aux préposées de l'accueil les indications pour les vestiaires hommes et femmes
11h30 à 14h00	Piscine	Plateaux sportifs	Piscine : Remettre les documents obligatoires Plateaux réservés : Plateaux 1-2
14h00 à 14h15	Vestiaire		
14h15 à 16h00	Plateaux sportifs	Vestiaire	*14h15-départ des cadets du groupe 1 qui partent avec parents  *15h30-arrivée des cadets du groupe 2 qui arrivent avec parents
15h45 à 16h00			
16h00 à 18h30		Piscine	
18h30 à 18h45	Vestiaire		
18h45	Départ du Centre des sports		
19h00	Arrivée des cadets du 921		Point de service 1625, rue Notre-Dame, L'Ancienne-Lorette