

LYNX

GUIDE DE L'ÉTUDIANT-E-ATHLÈTE



SERVICE DES SPORTS

RÉUSSITE · DÉPASSEMENT · APPARTENANCE

INTRODUCTION

Être un Lynx, c'est aussi avoir le privilège d'évoluer dans un milieu qui favorise la réussite, l'épanouissement et le dépassement de soi. C'est votre Service des sports qui met tout en œuvre pour vous offrir les conditions optimales afin que vous atteigniez votre plein potentiel.

QUI SE CACHE DERRIÈRE LE SERVICE DES SPORTS?

Le Service des sports est l'organisation du Cégep qui s'occupe des Lynx et de leur développement.

Marco Perreault

Gestionnaire administratif du sport étudiant et du plein air

Assurer le volet financier du sport étudiant et l'encadrement des entraîneurs. Représenter l'institution au sein des organismes reconnus (RSEQ, ACSC, etc.).

marco.perreault@cegepmontpetit.ca · bureau AR1-1

Valérie Berthelot

Conseillère à la vie étudiante et responsable des Lynx

Offrir un encadrement sportif aux Lynx et accompagner ces derniers dans le volet de leur réussite scolaire et éligibilité. Offrir l'opportunité aux Lynx de faire rayonner le sport étudiant à travers divers projets.

valerie.berthelot@cegepmontpetit.ca · bureau AR1-1 · Prendre rendez-vous : Outlook Bookings

Marc-Antoine Béland

Technicien en loisirs

Assurer la coordination des calendriers d'entraînements des équipes et la gestion du matériel sportif. Encadrer les événements de financement (tournois, ligues, etc.). Animer le milieu de vie en offrant une variété d'activités et d'activations.

marc-antoine.beland@cegepmontpetit.ca · bureau CR-1a

Nicolas Dion

Technicien en soutien administratif

Assurer les suivis administratifs et l'accueil du service. Soutenir le fonctionnement de plusieurs événements.

nicolas.dion@cegepmontpetit.ca · bureau CR-1a



Anouk Cayer

Technicienne en loisirs

Assurer la coordination de différentes activités de financement pour les Lynx.

anouk.cayer@cegepmontpetit.ca · bureau CR-1a

SERVICES

Comme Lynx, vous bénéficiez aussi de plusieurs services. Certains sont inclus dans vos frais d'inscription et d'autres vous sont offerts avec un tarif préférentiel. La gratuité des services est déterminée selon le niveau d'excellence de votre programme.

THÉRAPIE SPORTIVE

Horaire sans rendez-vous (triage et taping)

Lundi : 16h à 16h30 · Mardi : 16h00 à 16h15 · Mercredi : 12h00 à 12h15 · Jeudi : 16h à 16h30

Thérapeutes : Émilie Rossano-Aubin · Constance Milaire-Piché · Kary-Ann Audet-Déclesiaste

Rendez-vous 60 minutes (65 \$ + txs) : évaluation et traitement de blessure en vue d'une réhabilitation complète; idéal pour conditions complexes, chroniques, post-opératoires ou plus graves.

Rendez-vous 30 minutes (gratuit pour les sports de ligues provinciales seulement) : retour au jeu rapide, gestion de la douleur, exercices et conseils sur l'entraînement et la progression.

Protocole de commotion cérébrale : évaluation, référencement vers un médecin du sport et accompagnement dans le retour à l'école et au jeu.

Prendre rendez-vous : Centre sportif du Cégep Édouard-Montpetit – GOrendezvous.

SOUTIEN SCOLAIRE

Tu peux, en plus des centres d'aide et d'études du Cégep, faire appel à ta responsable des sports pour assurer ta réussite scolaire et ton éligibilité dans ton sport. Afin de répondre aux critères de réussite scolaire du RSEQ, assure-toi de réussir le nombre de cours minimal par année : **8 cours ou 13,9 unités**.

Consulte ta responsable des sports si tu es en situation particulière ou préoccupante : étudiant-e de première année; échec dans plusieurs cours; contrat de réussite scolaire; session d'été; cheminement DEC-BAC; statut à temps partiel; abandon ou incomplet permanent; etc.

PRÉPARATION PHYSIQUE

Selon le niveau d'excellence du programme, un service de préparation physique est offert afin de favoriser le développement des personnes étudiantes-athlètes. L'entraîneur-chef est la personne qui servira de lien entre ses athlètes et la personne responsable de la préparation physique.

SALLE D'ENTRAÎNEMENT BEN WEIDER

Horaire de la salle accessible pour les Lynx : à compléter.

À retenir : en dehors des heures proposées, tu peux te rendre au local du Service des sports et demander une carte d'accès pour ton entraînement. Tu as la carte pour une durée d'une heure trente minutes et tu dois la rapporter ensuite. Il y a seulement quatre cartes disponibles à la fois au Service des sports.

RSEQ

Pour connaître le calendrier complet des compétitions des différentes équipes, consulter le classement des ligues, découvrir les athlètes de la semaine des différentes disciplines et bien plus encore, rendez-vous sur le site du RSEQ collégial au <https://rseq.ca>.

COMITÉ LYNX

Le Comité Lynx est la voix des étudiant(e)s-athlètes du programme sportif. Composé de représentant(e)s provenant de chacune des équipes Lynx, il agit comme un lien direct entre les athlètes, les entraîneurs et l'administration.

Plusieurs fois au cours de l'année, les membres du comité se réunissent afin de discuter des enjeux qui touchent la communauté sportive, de proposer des idées pour améliorer l'expérience étudiante et de contribuer au développement de la culture Lynx.

Au-delà des rencontres, le Comité Lynx participe à la création d'initiatives qui favorisent le sentiment d'appartenance, l'engagement étudiant et le rayonnement des équipes sur le campus et dans la communauté.

FAIRE PARTIE DU COMITÉ LYNX, C'EST

- Représenter les intérêts de son équipe
- Contribuer à l'évolution du programme sportif
- Développer son leadership et ses compétences de communication
- Participer à des projets concrets ayant un impact sur la vie étudiante
- Rencontrer des athlètes provenant de différentes disciplines
- Laisser sa marque au sein de la famille Lynx

LES REPRÉSENTANTS DES ÉQUIPES

Chaque équipe Lynx est invitée à nommer au moins un représentant ou une représentante au sein du comité.

Le rôle du représentant : participer aux rencontres; partager les idées, préoccupations et suggestions des coéquipiers; informer son équipe des projets et initiatives du comité; contribuer à l'organisation d'activités et d'événements; favoriser l'esprit de communauté au sein des Lynx.

Aucune expérience n'est requise. Ce qui compte avant tout, c'est la motivation à s'impliquer et à faire une différence.

COMMENT EN FAIRE PARTIE?

Tu souhaites t'impliquer davantage dans la vie sportive du cégep? Le Comité Lynx est toujours à la recherche d'étudiant(e)s-athlètes motivé(e)s qui souhaitent faire entendre la voix de leur équipe.

Parle à ton entraîneur ou communique avec l'équipe du Service des sports pour obtenir plus d'informations.

FRAIS ET PAIEMENT

CE QUI EST COMPRIS DANS TES FRAIS D'INSCRIPTION

- Tes séances d'entraînements avec ton équipe et ton entraîneur
- Une passe d'accès à la salle d'entraînement Ben Weider
- Accès à une séance de photo officielle de type Média Day
- Des vêtements d'entraînement, adaptés et différents selon ton sport
- Suivi et encadrement scolaire pour ton éligibilité
- Accès gratuit à tous les matchs des équipes Lynx à domicile

ENTENTE DE PAIEMENT

Tu as de la difficulté à assurer le paiement complet de ton affiliation et tu souhaites diviser tes paiements en plusieurs versements? Tu peux avoir accès à cet accommodement en rencontrant la conseillère financière du Cégep, Viviane Martel, et le gestionnaire administratif du Service des sports, Marco Perreault.

Prends rendez-vous pour en savoir davantage sur le service :
<https://mareussite.cegepmontpetit.ca/cegep/mes-ressources/soutien-financier>

DATES IMPORTANTES

CALENDRIER DES MATCHS LYNX	Voir RSEQ
MÉDIA DAY	Date à venir
20 AOÛT	Équipe de football — séance d'accueil · Présence obligatoire
26 AOÛT	Équipes des sports d'automne : flag football, cross-country, soccer féminin, soccer masculin, baseball
15 SEPTEMBRE	Équipes provinciales : volleyball D1, basketball D1, hockey
23 SEPTEMBRE	Équipes des sports annuels : volleyball D2, basketball D2, badminton
GALA LYNX	À venir
3 OCTOBRE 2026	Journée des Lynx au match des Alouettes de Montréal

NOUS SUIVRE

LES LYNX SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

Les Lynx ont une page officielle sur Facebook et Instagram. Suis-les pour rester à l'affût des grandes nouvelles!

LYNX

SERVICE DES SPORTS · CÉGEP ÉDOUARD-MONTPETIT