



Rapport annuel  
*1er avril 2021 au 31 mars*  
~ 2022 ~

**TRIATHLON**  
 **QUÉBEC**

TRIATHLONQUEBEC.ORG





# TABLE DES MATIÈRES

MOT DE LA PRÉSIDENTE.....	4
MISSION, VISION ET VALEURS .....	5
CONSEIL D'ADMINISTRATION.....	6
ÉQUIPE PERMANENTE DE TRAVAIL .....	8
QUELQUES DONNÉES ET STATISTIQUES .....	10
SPHÈRES DÉCOUVERTE, INITIATION, RÉCRÉATION .....	12
FAITS SAILLANTS.....	14
COMMUNICATION-MARKETING.....	18
CAMPAGNE PHILANTHROPIQUE .....	20
MERCI À NOS PARTENAIRES .....	21
REVUE DE PRESSE.....	22



# RAPPORT ANNUEL 2022

## MOT DE LA PRÉSIDENTE

Chers athlètes de Triathlon Québec,

L'année 2021-2022 fut une autre année d'adaptation, de résilience et de développement d'idées innovatrices. Les membres du Conseil d'administration et les employés de Triathlon Québec, sont fiers de vous présenter ce rapport annuel.

Présidente depuis juillet 2019, il m'importe d'abord de souligner le travail dévoué de notre directrice générale et de son équipe qui œuvrent au quotidien pour faire de notre sport et de notre fédération, une structure solide. Ces gens sont passionnés et rigoureux; ils ont le sport gravé sur le cœur.



Tel que mentionné plus haut, la dernière année fut teintée de défis, d'engagement et de résilience par la réorganisation et la recherche de nouvelles idées pour développer et innover dans l'adversité créée par le contexte actuel.

Le désir grandissant de faire connaître et de rendre accessibles les sports d'enchaînement pousse l'équipe de Triathlon Québec à innover et se dépasser continuellement afin de faire vivre une expérience inoubliable aux nombreux participants. La saison 2021 a présenté le retour de plusieurs événements au calendrier et ceux-ci ont su se démarquer malgré les exigences de la santé publique. Le virtuel a été de mise et nous a permis, encore une fois, de continuer à pratiquer notre sport, de retrouver un brin de sentiment d'appartenance et de nous dépasser, malgré la distanciation.

L'année 2021-2022 prenant fin au 31 mars, je ne peux passer sous silence que la pandémie, encore une fois, aura laissé sa marque même dans notre beau sport et aura changé certaines pratiques à jamais. Or, le retour à la normale est à nos portes et nous souhaitons mettre le focus sur l'avenir et la relance. Nous travaillerons à promouvoir les bienfaits du sport, les saines habitudes de vie et le rappel qu'un corps sain permettra de vivre des expériences inoubliables et l'accumulation de moments et de souvenirs précieux.

Finalement, ce que j'aimerais que nous retenions c'est la disponibilité, la capacité d'adaptation et d'organisation et l'immense engagement de tous les gens qui gravitent autour de Triathlon Québec. Ensemble nous serons plus fort!

**Sophie Yergeau**

**Présidente**

**Triathlon Québec**

# QUI SOMMES-NOUS ?

Organisme à but non lucratif créé en 1988, Triathlon Québec est la fédération sportive québécoise mandatée par le Gouvernement du Québec pour promouvoir et développer le triathlon et ses variantes (courte et longue distance, duathlon, aquathlon, aquavélo, triathlon et pentathlon d'hiver, cross triathlon, swimrun, etc.).

Triathlon Québec se distingue par un fort engagement dans le développement des triathlons scolaires, la prévention par le sport et les saines habitudes de vie, ainsi qu'une présence équilibrée dans chacune des sphères de la pratique sportive (découverte, initiation, récréation, compétition et haut niveau) en plus d'offrir plusieurs séries d'événements de haute qualité.

## MISSION

**Inspirer la pratique du triathlon et des sports à enchaînements multiples.**

## VISION

**Être le leader et la référence dans le sport.**

## VALEURS

**Sécurité, intégrité, dépassement de soi, innovation, collaboration, excellence, plaisir, santé.**



# CONSEIL D'ADMINISTRATION

## **Sophie Yergeau / Présidente**

Sophie Yergeau est gestionnaire d'événement, fondatrice d'Altitude Solution et présidente de Triathlon Québec. Elle est impliquée depuis plus de 30 ans dans le sport et l'organisation d'événements sportifs dont plusieurs événements caritatifs. Entre autres, elle a organisé pendant plus de 10 ans les 2 courses des hôpitaux de Le Gardeur et St-Jérôme qui permettent d'amasser des fonds pour l'achat d'appareils spécialisés pour différents départements. Athlète en natation durant sa jeunesse, elle est devenue triathlète, entraîneur, officielle et organisatrice d'événements. Elle est très impliquée dans le milieu sportif québécois, principalement pour des projets faisant la promotion du développement des saines habitudes de vie, tel le Défi SOS Santé Montréal-Québec. La pandémie l'a emmenée à ajouter une nouvelle corde à son arc avec un nouvel emploi en gestion d'employés dans une entreprise privée. Ses compétences en gestion des ressources humaines, en gestion d'événement et sa passion pour le sport font d'elle une excellente présidente.

## **George Gay / Vice-président**

Georges Gay est cofondateur et entraîneur-chef du Club Élite Triathlon, officiel et triathlète. Entraîneur de niveau compétition en triathlon, il excelle dans le « coaching » technique et pratique de la natation, de la course à pied et du cyclisme ainsi que dans la préparation physique et stratégique en contexte de compétitions de triathlon de courtes et longues distances. Georges a derrière lui plus de 30 ans d'expérience en gestion et en conseils stratégiques au sein d'institutions financières, d'agences de publicité et d'entreprises en services-conseils. Il sait s'acquitter des défis d'envergure par son leadership et son expertise en matière de planification stratégique, de développement et gestion de produits, de communication marketing et de relations publiques. Fort de ses solides acquis et réalisations, Georges n'a qu'une seule visée au sein de Triathlon Québec, celle de contribuer de manière significative à façonner le visage du Triathlon au Québec.

## **Charles Veilleux / Trésorier**

Dans son travail quotidien, Charles Veilleux est directeur financier et administratif au sein du cabinet d'avocat Borden Ladner Gervais. Il a également travaillé chez Disney, Bombardier, Quebecor World, Element Financial Corporation et AECOM. Charles est un passionné du sport. Il participe annuellement à plusieurs événements soit des courses de vélo, ½ marathon, triathlons sprint, olympique ou 70.3. Il est également trésorier de Triathlon Québec depuis 2018, tout en maintenant son implication auprès du club de Triathlon Rive-Sud en tant qu'athlète et également comme président et trésorier. Charles a participé à développer le volet junior du club qui regroupe quelques 50 jeunes et où il œuvre à promouvoir le triathlon, tout en inculquant de saines habitudes de vie aux jeunes et, plus important encore, de leur permettre d'avoir du plaisir en pratiquant ce beau sport.

## **Caroline Gélinas | Secrétaire**

Caroline travaille dans le monde des régimes de retraite et avantages sociaux depuis plus de 20 ans. Elle a été consultante pendant quatorze ans et travaille maintenant dans une grande entreprise privée montréalaise. Elle pratique le triathlon depuis 2012. Elle est officielle pour Triathlon Québec depuis 2013 et a obtenu le niveau CTO en 2019. Caroline est également directrice de course pour le triathlon des Défis du Parc.

## **Pierre Janelle / Directeur**

Pierre Janelle est impliqué dans la communauté Triathlon depuis le début des années 90 comme athlète, officiel et bénévole. Passionné du sport et des saines habitudes de vie, il transmet sa passion comme athlète et également comme moniteur de ski, ainsi que moniteur de plongée sous-marine. Pierre détient plus de 20 ans d'expérience comme gestionnaire au sein d'entreprises multinationales. Il a travaillé sur plusieurs projets de développement des affaires au Canada et piloté une multitude de projets allant du démarrage d'entreprise à des projets d'expansion à l'international. Il détient également une certification de niveau Black Belt, Lean Six Sigma, en gestion de projet.

## **Mélanie Bégin / Directrice**

Mélanie Bégin a développé un intérêt certain pour le triathlon depuis maintenant 5 ans. Elle a participé à plusieurs épreuves de courtes distances (sprint et olympique) ainsi qu'à un 70.3 en juin 2019. Diplômée de l'Université Laval située à Québec, Mélanie a obtenu son Baccalauréat en droit (2008) et son Diplôme d'études supérieures spécialisées en droit notarial (2009). Depuis le début de sa pratique, elle a eu l'opportunité de s'impliquer auprès des personnes âgées et des jeunes familles. De plus, elle s'est investie auprès de la Société Alzheimer Canada et auprès de divers organismes communautaires en donnant des conférences sur l'accompagnement, les régimes matrimoniaux, les testaments et les mandats de protection. Sa passion pour le sport et la sensibilisation auprès des athlètes de tous les niveaux font d'elle une administratrice sensible aux besoins de tous et son métier lui permet également de comprendre et faire comprendre certains aspects juridiques concernés par la fédération.

## **Yan Therrien / Directeur**

Yan Therrien est membre de la GRC depuis plus de 29 ans. Après avoir travaillé plusieurs années dans la région de Vancouver et d'Ottawa, il gère maintenant à Montréal un secteur d'enquête composé de plus de 100 employés, dont des policiers, des membres civils et des fonctionnaires. Sa vaste expérience en gestion et son fort leadership l'ont amené à occuper un poste de cadre, où il dirige les employés de la GRC dans un environnement sain et productif.

Yan connaît tous les aspects du développement du triathlon sur courte et longue distance. Certifié World Triathlon au plus haut niveau, Yan Therrien agit à titre d'officiel depuis 2007. Officiel à deux Jeux Panaméricains (Toronto et Lima) et deux Jeux du Commonwealth (Glasgow et Gold Coast), il a aussi été officiel à cinq finales des Championnats du monde et officiel en chef au Ironman de Mont-Tremblant de 2012 à 2019. Il est délégué technique à plusieurs événements internationaux et est également instructeur officiel de World Triathlon. À titre d'administrateur, Yan a été directeur au sein du Conseil d'administration de Triathlon Québec de 2008 à 2018. Ensuite, directeur au Conseil d'administration de Triathlon Canada de 2018 à 2021 et maintenant de retour avec Triathlon Québec.



## ÉQUIPE PERMANENTE DE TRAVAIL

### Marie-Eve Sullivan | Directrice générale

EN POSTE DEPUIS 2012

Elle s'assure qu'à travers les opérations, l'équipe garde le cap sur les grandes orientations, les objectifs et que toutes les actions soient en harmonie avec la mission, la vision et les valeurs de la fédération. Responsable de la gestion des ressources humaines, elle est particulièrement fière d'avoir contribué au recrutement de l'excellente équipe qui est en place. Elle veille aussi à la saine gestion financière et aux bonnes relations avec nos partenaires.



### Francis Sarrasin-Larochelle | Directeur compétition et haut niveau

EN POSTE DEPUIS 2013

Il s'assure de la mise en place des circuits provinciaux de compétition, soit la Coupe du Québec et la Série Grand Prix. Il est également responsable de la mise en œuvre du programme de haut niveau, dont les activités de l'Équipe du Québec, les services et le soutien aux athlètes et entraîneurs engagés dans une démarche visant le haut niveau. De plus, Il travaille au développement du sport avec les camps régionaux, les programmes sports études et les Jeux du Québec.



### Annick Gendron | Gestionnaire découverte, initiation et formation

EN POSTE DEPUIS 2019

Son rôle consiste à développer la pratique sportive québécoise au sein de la Fédération dans les contextes de découverte et d'initiation. Elle coordonne aussi la formation des entraîneurs et des officiels et s'assure que l'encadrement du triathlon au Québec soit fait par des clubs et des entraîneurs reconnus. De plus, elle travaille en collaboration avec le Directeur compétition et haut niveau au développement régional et provincial des athlètes.





## Jean Piolé | Coordonnateur communications et événements

EN POSTE DEPUIS 2019

Son rôle consiste à élaborer et mettre en œuvre le plan de communication de Triathlon Québec, de la recherche de commandite, en passant par l'activation des activités événementielles, l'animation des réseaux sociaux et la gestion de l'image de marque de la fédération. En parallèle, il travaille en collaboration avec le directeur technique et les comités organisateurs afin d'offrir des événements de qualité et sécuritaires. Il assure aussi une présence sur le terrain afin d'aider les organisateurs à faire vivre une expérience unique aux participants.

## Janie Vigneault | Coordonnatrice aux événements

EN POSTE DEPUIS 2022

Son rôle consiste à élaborer la programmation des événements scolaires et réguliers de Triathlon Québec. Elle travaille en collaboration avec les comités organisateurs afin d'offrir des événements sécuritaires et de qualité. Elle assure aussi une présence sur le terrain afin d'aider les organisateurs à faire vivre une expérience unique aux participants.



## Virginie Joubert | Adjointe administrative

EN POSTE DEPUIS 2022

Vous avez des questions sur votre adhésion, votre renouvellement, votre profil Triathlon Québec, la plateforme d'inscription, un paiement de facture ou une facture à payer, Virginie a certainement la réponse. Sinon, il lui fera plaisir de la trouver, elle est là pour vous aider!

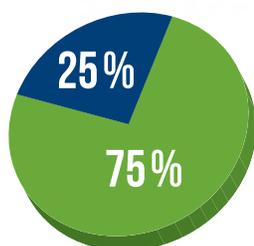


# QUELQUES DONNÉES ET STATISTIQUES

En 2022, nous constatons une légère remontée des membres que nous avons perdu pendant la pandémie. Nous remarquons une progression de 25 % de nos adhésions en 2022, par rapport à l'année 2021.

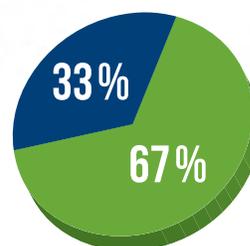
<b>MEMBRES ACTIFS</b>	<b>2856</b>
<b>MEMBRES ATHLÈTES</b>	<b>2672</b>
<b>MEMBRES OFFICIELS</b>	<b>31</b>
- OFFICIELS FORMÉS CTO	4
- OFFICIELS FORMÉS NTO	6
<b>MEMBRES ENTRAÎNEURS</b>	<b>111</b>

2021 – MEMBRES EN CLUB VS MEMBRES INDÉPENDANTS



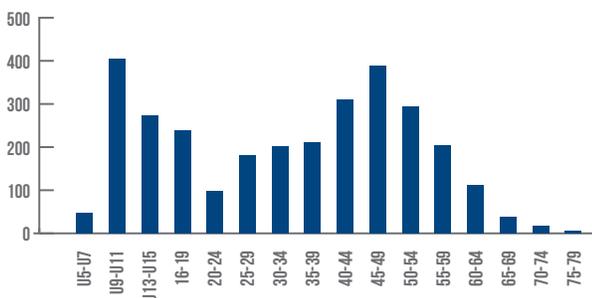
■ Membres en club  
■ Membres indépendants

2022 – MEMBRES EN CLUB VS MEMBRES INDÉPENDANTS

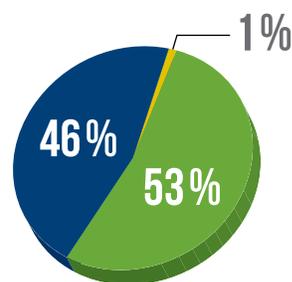


■ Membres en club  
■ Membres indépendants

RÉPARTITION PAR GROUPE D'ÂGE DES MEMBRES ATHLÈTES



2022 – RÉPARTITION PAR SEXE



■ Hommes  
■ Femmes  
■ Non-binaire



# SPHÈRES DÉCOUVERTE, INITIATION, RÉCRÉATION

## TRIATHLON SCOLAIRE

**Cinq évènements, 1 297 participants**

**80 vélos et casques distribués dans huit écoles en milieu défavorisé**

**Lancement officiel du volet *1-2-TRI SCO!***

Le programme Triathlon scolaire fait la promotion de l'activité physique et des saines habitudes de vie chez les jeunes en milieu scolaire. Les valeurs véhiculées dans celui-ci sont la participation et le respect de soi et des autres. Trois volets composent le programme :



Le volet ÉVÈNEMENT TRISCO est un service offert par Triathlon Québec (ressources humaines et/ou matérielles) qui apporte un support aux intervenants en milieu scolaire qui souhaitent organiser un triathlon. Ce volet est le plus populaire et le plus ancien du programme. C'est aussi celui qui a été le plus durement touché en 2020 et 2021. En 2020, la totalité des événements ont dû être annulés. En 2021, deux événements ont eu lieu dont un premier dans une communauté autochtone, en Abitibi-Témiscamingue. En 2022, 23 événements sont déjà au calendrier. Le volet reprend progressivement ses allures pré-pandémie dans lesquelles plus de 60 événements étaient organisés annuellement.

Le volet ROULER VERS LA RÉUSSITE consiste à fournir des flottes de vélos aux écoles en milieu défavorisé désirant intégrer le duathlon/triathlon à leur programme d'éducation physique, notamment via les deux autres volets du programme Triathlon scolaire. Entre le 1<sup>er</sup> avril 2021 et le 31 mars 2022, les dons amassés nous ont permis de remettre 80 vélos et casques dont quinze de taille adulte pour les écoles secondaires. Cela représente huit écoles récipiendaires. L'école Amik-Wiche, hôte du premier triathlon scolaire en communauté autochtone, a d'ailleurs reçu une de ces flottes. Cela s'ajoute aux 460 vélos et casques qui ont été distribués depuis le début de ce volet.



C'est en 2021 que le volet *1-2-TRI SCO!* a été officiellement lancé. Nous avons « profité » du ralentissement des événements trisco pour investir dans un nouveau volet dont nous rêvions depuis longtemps. Il s'agit d'une version adaptée pour les écoles du programme *1-2-tri GO!* utilisé en clubs. Il est plus simple d'utilisation et adapté à la réalité scolaire. Il s'agit d'un répertoire d'habiletés à acquérir classifiées en sept niveaux. Pour ce faire, les enseignants disposent de plusieurs outils tels des guides, des feuilles de travail et des bilans à remettre aux participants, le tout, entièrement gratuitement. Ce volet a pour but de donner aux jeunes des objectifs à plus court terme en matière d'activité physique, d'accentuer le sentiment d'accomplissement personnel lors des événements trisco et d'encourager l'adoption des saines habitudes de vie au quotidien.

## CLINIQUES, ACTIVITÉS ET FORMATIONS

- Six cliniques de nage en eau libre au Parc Jean-Drapeau, 37 participants
- Deux cliniques Mon premier triathlon au Parc Jean-Drapeau, 31 participants, en plus des cliniques de la série Découverte
- Quatre jours d'initiation au triathlon d'hiver au Pentathlon des neiges
- Cinq formations d'entraîneur communautaire et une formation d'officiel
- Trois conférences virtuelles pour tous en matière d'entraînement

# SPHÈRES COMPÉTITION ET HAUT NIVEAU

## ÉVÉNEMENT QUÉBÉCOIS

Encore cette année, la Covid-19 a contraint de nombreux comités organisateurs à annuler ou repousser leurs événements. Heureusement, les compétitions ont pu reprendre à la mi-juillet et dans un contexte plus favorable qu'en 2020, à notre grand soulagement et au plus grand plaisir de nos membres. De nouveaux événements ont également vu le jour en 2021, soient les triathlons du Lac William, de Mont St-Mathieu, de Lac Etchemin et au Cœur de la Montérégie.

## COUPE QUÉBEC

Malgré une saison écourtée et condensée, la Coupe Québec présentée par Spark Sports Nutrition, a pu faire son retour en 2021 après une pause d'une année. Toujours admise comme étant la série la plus prestigieuse chez les jeunes et les adultes groupes d'âge au Québec, la série permet aux athlètes plus compétitifs d'accumuler des points dans un réseau de compétitions de grande qualité. Les athlètes se sont ainsi donné rendez-vous sur cinq événements majeurs à travers le Québec. De plus, le Triathlon de Duchesnay a permis de couronner les champions provinciaux des catégories jeunesse, junior, élite et groupe d'âge sur distance olympique.



## SÉRIE GRAND PRIX

À l'instar de la Coupe Québec, la Série Grand Prix a fait un retour marquant en 2021 avec la présentation de cinq épreuves. Les athlètes ont pu se mesurer sur trois courses en format sprint, une course super-sprint et une course qualification et finale sur le même parcours que l'élite mondiale à l'occasion du Triathlon international de Montréal Groupe Copley. Au terme de la série, Noémie Beaulieu et Mathis Beaulieu ont été couronnés grands gagnants.



## PROJETS DE L'ÉQUIPE DU QUÉBEC

Après une année de mini-camps, d'activités virtuelles et de suivis à distance, les projets de l'Équipe du Québec ont véritablement pu reprendre en 2021 pour le grand bénéfice de nos athlètes et entraîneurs. La programmation a débuté avec des tests dans les trois disciplines en mai, puis des camps au Québec en juin et juillet à Bromont et Montréal. Des projets de compétitions ont ensuite suivi en Espagne et en Utah à l'automne, puis un camp d'entraînement en mars 2022 pour démarrer la nouvelle saison.

## PERFORMANCES INTERNATIONALES

Au plan international, on retiendra évidemment la campagne olympique d'Amélie Kretz qui a culminé avec une 15<sup>e</sup> place dans l'épreuve individuelle des Jeux Olympiques de Tokyo ainsi que la participation d'Alexis Lepage au relais par équipe mixte, une première pour un athlète masculin québécois. Emy Legault, Jérémy Briand et Charles Paquet se sont aussi démarqués avec plusieurs belles performances en coupe du Monde. Du côté junior, on a pu assister à l'éclosion de plusieurs talents tels que Noémie Beaulieu, Maira Carreau, Mathis Beaulieu et Léo Roy lors de courses internationales.



## FAITS SAILLANTS

### Avril 2021

- En partenariat avec Bioracer, Triathlon Québec dévoile sa collection de vêtements de vélo, course et triathlon désormais disponible sur sa boutique en ligne.
- La Fondation de l'athlète d'excellence du Québec présente virtuellement la 17<sup>e</sup> édition du Programme de bourses Cascades, où Amélie Kretz et Alexis Lepage, se méritent des bourses d'excellence académique.
- En raison de la pandémie, les formations ne peuvent toujours pas être données en groupe. Triathlon Québec s'adapte et offre une formation d'entraîneur communautaire jeunesse et une formation d'officiel en ligne à des participants des quatre coins de la province.
- Pour une deuxième année, Triathlon Québec lance une série virtuelle de duathlon pour les adultes et les jeunes auxquels participeront une vingtaine de clubs rassemblant plus de 200 athlètes au total.
- En guise de remerciement pour leur appui financier au programme Triathlon scolaire pendant quatre ans, Triathlon Québec encourage le RadioTéléDon de la Fondation des Canadiens pour l'Enfance en participant à leurs capsules télévisées.



### Mai 2021

- À la suite des premiers assouplissements des mesures sanitaires, les athlètes de l'Équipe du Québec sont conviés à des tests de performance en course à pied et en vélo à Montréal et à Québec.
- Sarah Hamel, Léo Roy et Zed Roy se méritent tous les trois une bourse de réussite académique et sportive de 1 500 \$ de l'Alliance Sport-Études.
- La période de qualification olympique reprend après quatorze mois d'arrêt. Amélie Kretz reprend la compétition avec une excellente 6<sup>e</sup> place à la Coupe du monde de Lisbonne.
- Nicolas Harvey, Charles Paquet et Alexis Lepage font partie des boursiers de la Fondation Nordiques qui honorent les étudiants-athlètes de la région de Québec.



### Juin 2021

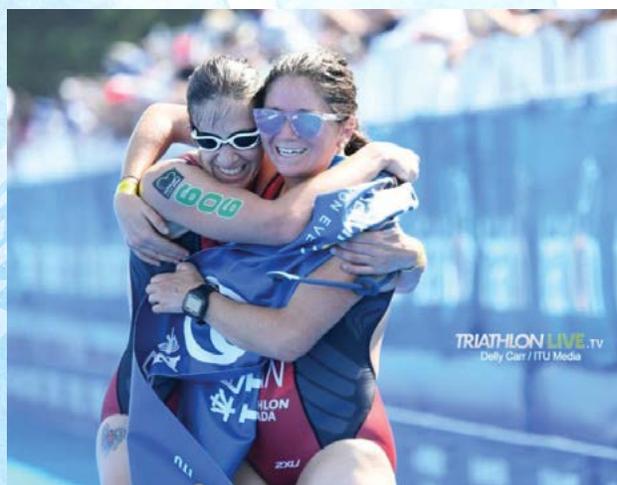
- Un camp de l'Équipe du Québec se tient à Bromont où les athlètes reçoivent leurs vêtements du partenaire Bioracer. La programmation du camp inclut des prises de photos, vidéos et entrevues avec la firme de marketing sportif Balboa Sport pour les projets de communication à venir.
- Les Québécois se démarquent à la Coupe du Monde de Huatulco alors qu'Amélie Kretz et Emy Legault se classent respectivement 5<sup>e</sup> et 14<sup>e</sup> chez les femmes tandis que Jérémy Briand et Charles Paquet terminent 9<sup>e</sup> et 16<sup>e</sup> chez les hommes.
- Marianne Hogan et Jessica Tuomela remportent la médaille de bronze à la Coupe du monde de paratriathlon d'A Coruna.
- L'avantage aux membres annuels de Triathlon Québec de pratiquer la nage en eau libre gratuitement au Parc Jean-Drapeau pour toute la saison estivale est renouvelé.

## Juillet 2021

- 91 950\$ distribués entre 21 clubs de triathlon affiliés à la fédération dans le cadre du programme d'aide aux clubs.
- Les athlètes juniors ayant le potentiel de représenter le Québec aux Jeux du Canada sont réunis pour un camp d'entraînement de trois jours au Parc Jean-Drapeau.
- Repoussé de plusieurs semaines en raison des mesures sanitaires restrictives, le coup d'envoi de la saison est finalement donné le 18 juillet avec le triathlon de Laval.
- Triathlon Québec offre sa première clinique Mon premier triathlon ainsi que sa première clinique de nage en eau libre, présentée par HUUB Canada, de la saison au Parc Jean-Drapeau.



- Amélie Kretz, Alexis Lepage, Kyla Rollinson et Marc-Antoine Christin sont sélectionnés comme athlètes et entraîneurs sur l'équipe Canadienne de Triathlon aux Jeux Olympiques de Tokyo 2020.
- Amélie Kretz réalise une performance historique aux Jeux Olympiques de Tokyo 2020 en terminant au 15<sup>e</sup> rang et en signant ainsi la meilleure performance féminine canadienne depuis les débuts du triathlon sur la programmation olympique.
- Alexis Lepage vit sa première expérience olympique à l'épreuve du relais aux Jeux de Tokyo 2020, en remplacement de Tyler Mislawchuk qui s'est retiré pour cause de blessure.



- Marianne Hogan accompagne Jessica Tuomela à titre de guide aux Jeux paralympiques de Tokyo 2020 et le duo obtient le cinquième rang de la catégorie PTVI femmes.
- Le triathlon du Lac William et le Triathlon de Mont-Saint-Mathieu font une entrée remarquée dans le monde du triathlon québécois en livrant avec succès une première édition.
- Le triathlon de Gatineau est hôte de la première étape des séries Grand-Prix, Coupe Québec et Coupe Québec Jeunesse de la saison. En Coupe Québec, Antoine Michaud remporte le championnat québécois sur distance sprint chez les hommes, et c'est Alice Côté-Allard qui remporte les honneurs chez les femmes.

## Août 2021

- Le Triathlon mondial Groupe Copley est hôte du premier format par élimination de World Triathlon. Chez les femmes, Flora Duffy l'emporte alors que chez les hommes, un triplé français historique forme le podium avec Dorian Coninx sur la plus haute marche. C'est lors de cet événement que Jérémy Briand et Emy Legault vivent leur première sélection en relais par équipe mixte au sein de l'équipe canadienne.
- Le Triathlon Duchesnay est hôte de la deuxième étape des séries Grand-Prix, Coupe Québec et Coupe Québec Jeunesse. En Grand-prix, Emy Legault remporte le championnat québécois sur distance sprint chez les femmes et Mathis Beaulieu chez les hommes. En Coupe Québec Jeunesse, chez les U15, Samantha Wood remporte le championnat québécois chez les femmes et Patrick David soulève la bannière chez les hommes. Chez les U13, Allyson Lavallée monte sur la plus haute marche du podium féminin du championnat, et Zachary Mecteau fait de même chez les hommes.

- Le Trimemphré clôture la Coupe Québec 2021 avec le championnat québécois sur distance olympique et sur longue distance. Respectivement, c'est Antoine Michaud qui l'emporte chez les hommes et Isabelle Rouleau chez les femmes, puis Nicolas Gilbert chez les hommes puis Clara Émond chez les femmes.
- Le Triathlon au cœur de la Montérégie signe sa première édition.

### Septembre 2021

- Tenue d'un premier Triathlon scolaire en communauté autochtone au Lac Simon en Abitibi, où la portion natation est changée pour du canot en équipe et qui rassemble près de 200 jeunes de la communauté et de l'école Amik-Wiche.
- Huit athlètes de l'Équipe du Québec junior et deux entraîneurs s'envolent pour l'Espagne pour un projet de compétition en lien avec la Coupe continentale de Banyoles. Mathis Beaulieu et Isla Britton y obtiennent les meilleurs résultats avec une 5<sup>e</sup> position.
- Charles Paquet réalise trois excellentes performances coup sur coup en terminant 6<sup>e</sup> de la Coupe du Monde de Karlov Vary, puis 7<sup>e</sup> lors de la Série mondiale d'Hambourg avant de remporter le championnat provincial de course sur route sur 5km en 13'58.
- Triathlon Québec souligne le travail honorable de ses entraîneurs dans le cadre de la Semaine nationale des entraîneurs.

### Octobre 2021

- Triathlon Québec soutient le premier camp de la relève féminine organisé par Amélie Kretz et présenté par Asics. Celui-ci se tient dans les installations de l'Institut national du sport et la popularité de l'évènement entraîne l'organisation d'un deuxième camp tout aussi populaire le jour suivant à Sherbrooke.
- Le Triathlon de Gatineau figure parmi les finalistes des « Vivats 2021 » du Conseil québécois des événements écoresponsables.
- Triathlon Québec débute une collaboration avec le Pôle sports HEC Montréal pour sa nouvelle planification stratégique 2023-2025.



- Emy Legault gagne la médaille de bronze à la Coupe continentale de La Paz au Mexique.
- Une quinzaine d'athlètes de l'Équipe du Québec prennent la direction des championnats Panaméricains à St-George en Utah où Noémie Beaulieu est couronnée championne junior et Charles Paquet vice-champion chez les élites.

### Novembre 2021

- Cinq athlètes et trois entraîneurs du Québec font partie de la délégation canadienne aux Championnats du monde juniors présentés à Quarteira au Portugal. Léo Roy et Noémie Beaulieu y obtiennent le meilleur résultat avec une 21<sup>e</sup> place.
- Avec la précieuse aide du club Bionick triathlon, Triathlon Québec conclut la saison 2021 lors de son Gala annuel qui se tient à Lévis. Le calendrier 2022 est dévoilé lors de l'évènement.
- En continuité avec le programme *1-2-TRI GO!*, un nouvel outil de développement et d'encadrement pour les jeunes étudiants-athlètes au secondaire est lancé, le Journal Sport-études.
- Triathlon Québec fait une apparition à la Rencontre sur le développement du sport au Québec, organisée par la Direction du sport, du loisir et de l'activité physique, du Ministère de l'Éducation, dans la conférence « Athlètes handicapés ».

## Décembre 2021

- La campagne éclair « 3 fois plus de dons » pour supporter les initiatives pour le développement du sport est lancée sur les différentes plateformes.
- Triathlon Québec collabore avec Triathlon Canada, Athlétisme Canada et Cyclisme Canada sur l'organisation et la tenue d'un camp d'identification de talents paralympiques à Sherbrooke.
- Amélie Kretz se voit décerner le titre de triathlète de l'année par Triathlon Magazine Canada.
- Après 18 ans à s'entraîner quotidiennement dans son sport, Élisabeth Boutin annonce qu'elle se retire du milieu du triathlon élite.



## Janvier 2022

- Triathlon Québec s'associe à Credo Tri, première application de triathlon motivante, inspirante et éducative.
- 80 vélos et casques sont livrés dans huit écoles dans le cadre du volet Rouler vers la réussite du programme Triathlon scolaire.
- La pandémie fait un retour en force avec le variant Omicron et force l'annulation du camp de l'équipe du Québec prévu en Floride.

## Février 2022

- La fédération présente sa quatrième série de conférences virtuelles pour les amateurs de triathlon.
- Les épreuves qualificatives pour les championnats du monde groupe d'âge de 2023 sont annoncées et plusieurs événements se dérouleront au Québec.
- Emy Legault remporte coup sur coup deux médailles d'argent sur les premières courses continentales de l'année au Chili.
- Le pentathlon des neiges est de retour après deux ans d'absence et renoue avec le succès en rassemblant des milliers d'athlètes aux différentes épreuves de ce rendez-vous sportif hivernal.
- La Fondation de l'athlète d'excellence du Québec octroie 19 000\$ en bourses individuelles à sept étudiants(es)-athlètes en triathlon émérites : Filip Mainville, Alexandrine Coursol Pavlos Antoniadès, Kamille Larocque, Michaël Simard, Mathis Beaulieu et Louis Marchand.

## Mars 2022

- Les portraits Athlètes du mois sont publiés pour la première fois et les récipiendaires de février sont Emy Legault et Pavlos Antoniadès.
- En collaboration avec le club Rouge & Or, Triathlon Québec participe à l'évènement Nordicité du Pentathlon des neiges qui vise à faire découvrir les plaisirs du sport d'hiver aux jeunes et moins jeunes.
- Un projet de l'Équipe du Québec de trois semaines se tient en Floride pour préparer les premières compétitions de la saison. Un nombre record de quarante athlètes et sept entraîneurs y prennent part. Mathis Beaulieu, Noémie Beaulieu et Emy Legault montent sur le podium à l'occasion de la course continentale de Sarasota en Floride.
- L'évènement de levée de fonds annuel de Triathlon Québec, le Défi 12 heures, a lieu pour une deuxième année consécutive en format virtuel et récolte 5 910\$ en dons.
- Un groupe de sept athlètes et deux entraîneurs prennent part à un projet de l'Équipe du Québec au Portugal pour disputer une course continentale européenne.

# COMMUNICATION MARKETING

Les clubs sont nos plus grands alliés dans le développement du triathlon au Québec. C'est pourquoi notre plan d'action 2022 comprenait une stratégie pour aider la relance des clubs.

Nous avons développé une campagne publicitaire «3X Plus», qui fait la promotion des avantages de rejoindre un club. Nous avons aussi bonifié la ristourne remise aux clubs de 33%. Avec l'aide financière du Gouvernement du Québec, nous avons permis à plusieurs clubs de bénéficier de la bonification des subventions PSDE pour l'aide à l'engagement d'entraîneur(e)s et d'entraîneur(e)s de programme Sport-Études. La fédération et les URLS ont aussi rendu accessible à leurs clubs le programme d'aide aux clubs du Gouvernement du Québec. C'est 91 950\$ supplémentaires qui ont été distribués entre 21 clubs de triathlon affiliés à la fédération dans le cadre de ce programme.

Finalement, nous avons sondé les athlètes pour pouvoir améliorer notre proposition de valeur et nous avons entamé un processus de planification stratégique où les clubs étaient impliqués et aux cœurs de nos discussions.



## Résumé de nos actions en communication et en marketing :

- Campagne 3X Plus pour la relance du triathlon et de nos clubs
- Campagne vidéo « Tout commence par un club »
- Promotion de nos athlètes de l'Équipe Québec avec la vidéo « Connais-tu tes athlètes ? »
- Création d'un tutoriel vidéo pour les clubs « Programme 1-2-TRI GO! »
- Création d'un tutoriel vidéo pour les écoles « Programme Triathlon Scolaire »
- Rédaction de 12 articles pour la rubrique triathlon du magazine Kmag
- Maxim Martin porte-parole du Défi 12 heures pour une 6<sup>e</sup> année consécutive
- Sondage annuel aux athlètes
- Nouvelle planification stratégique, avec Pôle Sports HEC
- Nouvelle plateforme d'inscription en-ligne 100% québécoise

## Nos médias sociaux en quelques statistiques :

- 12 457 abonnés Facebook
- Augmentation de 18% de nos abonnés Instagram – 3 781 abonnés
- Augmentation de 27% de nos abonnés LinkedIn – 479 abonnés
- 103 344 visiteurs uniques sur notre site internet
- 17 infolettres envoyées
- 63 705 infolettres ouvertes

10:21.08

PRÉSENTÉ PAR  
PG  
Première  
Générale  
Service total  
après sinistre

Ville de  
Gatineau

TRIATHLON  
QUÉBEC

velozop



## CAMPAGNE PHILANTHROPIQUE

Grâce aux dons reçus entre le 1<sup>er</sup> avril 2020 et le 31 mars 2021, Triathlon Québec a pu réinvestir 84 000\$ dans le programme Triathlon Scolaire entre le 1<sup>er</sup> avril 2021 et le 31 mars 2022. Ce programme reflète l'engagement de la fédération dans sa mission auprès des jeunes, particulièrement en milieu défavorisé, pour l'accessibilité au sport et le développement des saines habitudes de vie. Vous trouverez le bilan complet des projets que nous avons réalisés dans la section « Initiation » et « Récréation » de ce rapport. Merci à tous les généreux donateurs qui nous ont permis de rendre cela possible.

## NOS ACTIVITÉS DE LEVÉE DE FONDS 2022 :

- Gala annuel Triathlon Québec – 20 novembre 2021
- Campagne éclair « 3 fois plus de dons », par infolettre – Décembre 2021 et janvier 2022
- Défi 12 heures virtuel de triathlon Québec - 26 mars 2022

Grâce au programme Placements Sports et son appariement du Gouvernement du Québec, chaque don de 25 \$ a été bonifié de 320 %, ce qui nous a permis d'amasser :

**71 237 \$**



PÉDALEZ POUR UNE BONNE CAUSE !  
**SAMEDI 26 MARS  
DE 08H00 À 20H00**

**DÉFI 12 HEURES  
TRIATHLON QUÉBEC  
VIRTUEL**

PLUS QU'UN SIMPLE DÉFI,  
UNE BONNE ACTION

MAXIM MARTIN  
PORTE PAROLE

The banner features a blue background with a cyclist on the right. It includes the event title, date, time, and a photo of Maxim Martin, the spokesperson.



# MERCI À NOS PARTENAIRES



# HUUB



protocole   
trophées d'exception



Québec 

# REVUE DE PRESSE

## Avril 2021

[Triathlon de Lac-Etchemin : une première édition en septembre, mais bien des projets en tête](#)

## Mai 2021

[Emy Legault reprend le rythme](#)

## Juin 2021

[Amélie Kretz décroche la 5<sup>e</sup> place à la Coupe du monde de triathlon](#)

## Juillet 2021

[Lancement du Triathlon au Cœur de la Montérégie à Saint-Césaire](#)

[Le Québécois Alexis Lepage appelé en renfort](#)

[La résilience d'Amélie Kretz](#)

[Amélie Kretz dans l'équipe canadienne de triathlon à Tokyo](#)

[La triathlète Amélie Kretz signe une excellente 15<sup>e</sup> position à Tokyo](#)

[Amélie Kretz meilleure triathlonienne canadienne aux Jeux Olympiques](#)

## Août 2021

[World Triathlon Championship Series Montreal 2021 : A \(familial\) new look](#)

[Après une pause d'une année, le Triathlon-Duathlon de Boucherville revient](#)

[Jet Triathlon : Une 4<sup>e</sup> Coupe du Québec excellente pour certains, plus difficile pour d'autres à Magog](#)

[JONES : Canadian duo forced out of Edmonton triathlon by injury](#)

[Le Triathlon Laval – Mouvement Physio lance la saison 2021](#)

[La triathlète Amélie Kretz est prête à briller devant parents et amis](#)

[Amélie Kretz est gonflée à bloc pour les Jeux de Paris](#)

## Septembre 2021

[Classement confirmé pour Charlotte Fournier et Alysson Lavallée au championnat de la saison en triathlon \(Coupe du Québec\)](#)

[Premier Triathlon Bionick de Lac-Etchemin : réussite sportive et populaire](#)

[Le Triathlon Osmose fracasse la barre des 300 participants](#)

[Charles Paquet fébrile avant une coupe du monde en République tchèque](#)

## Octobre 2021

[L'Olympienne Amélie Kretz à Sherbrooke pour inspirer](#)

## Novembre 2021

[Le Triathlon du lac William honoré par Triathlon Québec](#)

[Triathlon Canada opens registration for 2022 Age Group World Championship Events](#)

[Le Triathlon de Lac-Etchemin honoré](#)

[Beaulieu wins in St. George as tune up for world junior championships](#)

## Décembre 2021

[Ironman and Ironman 70.3 Mont-Tremblant are back!](#)

[Les plaines vibreront au rythme du Pentathlon des neiges en 2022](#)

[Sanctionné par Triathlon Québec, le Pentathlon des neiges est unique et se positionne comme le plus grand événement multisport d'hiver au monde](#)

[2021 Triathlete of the Year Countdown : Elite Women \(Olympic and Sprint Distance\)](#)

## Janvier 2022

[Les défis sportifs du Pentathlon des neiges débutent très bientôt à Québec!](#)

## Février 2022

[Le prochain triathlon du lac William servira de tremplin pour le mondial](#)

[C'est déjà le temps de s'inscrire au Triathlon-Duathlon de Boucherville](#)

[Andrée-Anne Dumont nommée présidente d'honneur du Triathlon Pohénégamook 2022](#)

[Olivier Desjardins s'illustre en natation](#)

## Mars 2022

[Montreal returns to World Triathlon Para Series calendar in 2022](#)

[Legault takes another silver at Americas Cup Sarasota; Murray and Kasper take the wins](#)

[Plus d'un millier de participants samedi au Pentathlon des neiges](#)

[Le Triathlon de Port-Cartier revient au calendrier](#)



The logo for Triathlon Québec features the word "TRIATHLON" in a bold, white, sans-serif font. Below it, the word "QUÉBEC" is written in a bold, green, sans-serif font. To the left of "QUÉBEC" is a stylized white graphic consisting of three curved lines that suggest motion or a wave.

**TRIATHLON**  
**QUÉBEC**

TRIATHLONQUEBEC.ORG