

# Au Cégep Limoilou, ça marche!

## 4<sup>e</sup> édition : du 24 mars au 13 avril 2014

### Concours de podomètre

#### Règles de participation

---

Le concours auquel vous vous apprêtez à participer a comme but principal de vous inciter à pratiquer l'activité physique régulièrement pendant trois prochaines semaines. C'est un concours basé spécialement sur l'honnêteté des participants. Nous vous prions donc de bien respecter les règles suivantes pour toute la durée du concours.

- 1) Il est strictement interdit de tricher...
- 2) Cinq podomètres au coût de cinq dollars (5 \$) chacun seront remis à chaque capitaine d'équipe **le jeudi 20 mars et le vendredi 21 mars 2014** au Département d'éducation physique des deux campus. Les capitaines devront les remettre par la suite à chaque participant de son équipe.
- 3) **Du lundi 24 mars 2014 au dimanche 13 avril 2014**, chaque membre de l'équipe devra porter son podomètre afin de comptabiliser le nombre de pas faits chaque jour.
- 4) Les podomètres peuvent être portés pour pratiquer n'importe quelle activité. (Attention!!! Ne pas utiliser à la piscine...).
- 5) **Les lundis 31 mars, 7 avril et 14 avril 2014**, les capitaines d'équipe auront la responsabilité d'informer la personne responsable (**membres du département d'éducation physique**) du nombre de pas cumulés par CHACUN des membres de son équipe, correspondant à la période du lundi au dimanche précédent. **Cette information doit être transmise par courriel avant 10 h, sinon l'équipe pourra se voir attribuer une pénalité de 2000 pas par heure de retard.**
- 6) Le nombre de pas cumulés, chaque semaine, par équipe, sera acheminé par courriel aux capitaines les mercredis, suivant leur remise de pas. Nous pourrions voir également les résultats sur le site du Cégep Limoilou.
- 7) L'équipe gagnante recevra un prix lors de la remise officielle le **mercredi 16 avril 2014, à 12 h.** Cette remise se fera au pied du grand escalier au Campus QC.
- 8) Plusieurs autres prix de participation seront également remis lors de cette remise officielle.
- 9) Vous pouvez conserver le podomètre, il vous appartient. Vous pourrez le réutiliser l'an prochain!
- 10) Bougez! Marchez, amusez-vous !