



**CANOE KAYAK
CANADA**

It's Who We Are.
C'est Notre Nature.

Le texte en Français suivra.

COVID-19: March 18 Update

Dear Athletes, Coaches, Clubs and Provinces,

CKC's number one priority is the health and well-being of our members, including athletes, coaches, IST support, officials, staff and other volunteers and support personnel.

The CKC Sprint Racing Discipline (CKC-SRD) has cancelled the Olympic and Paralympic Trials and closed down the Florida Training Camp and athletes and coaches are either home already, on their way home or leaving this week. Once we are all home safely, formal planning for the future based on all available information will commence. While some of these plans are being discussed as we speak, some decisions require further information before they can be rendered and their impact on plans can be known. We will provide regular updates. We will have new information on the Olympic Qualification events in the coming days.

Now that athletes are starting to return to Canada there have been a number of questions surrounding training at the club, provincial and National Team level. This is understandable but I would ask, on behalf of CKC, that everyone respect and understand that training must be considered in light of the current requirements of our local, Provincial and Federal authorities with respect to self-isolation. This not a suggestion nor a recommendation any longer if we want to be part of the solution and beat this thing. As the Prime Minister said today, 'anything that requires a door to be opened is closed'. This includes clubs, training centres, gyms, and, in some cases, the water we paddle on.

[Government of Canada COVID-19 Updates](#)

From the National Team perspective, we are approaching this week as a recovery week. This was pre-planned in our preparation for Tokyo. The earliest competition is likely to be the end of June and that is over three months away. A recovery week is maintenance only with a focus on rest. Rest is even more critical this week as the stress of these events will affect everyone differently. Some athletes have been asking about paddling. With facilities closed, safe access is not possible, therefore we will be focusing on a general preparation period that will include activities that will take place in your homes or outdoors and are individual in nature as opposed to training groups. The National Team Coaching staff will continue to provide training programs

with these restrictions in mind. This will require innovation on everyone's part. Virtual workouts have been suggested. Ontario is planning a virtual competition including a weekly fitness challenge. These kinds of ideas that will help develop fitness and will help us prepare for the time when we can get safely back on the water.

In the meantime, we are exploring all possible options to enhance training opportunities and still stay within the self-isolation guidelines. We are collectively facing a prolonged period of adjustment to our normal routines, including our on-water training and recreational paddling. We will work with our community in the coming weeks to understand this reality and shape guidelines for what safe protocols for on water activities CKC can recommend.

Of course, as mentioned previously, this is an evolving situation and things could change tomorrow. For now, take some time to rest and allow everyone to get home safely.

About Canoe Kayak Canada

Canoe Kayak Canada (CKC) is the national governing body for competitive paddling in Canada, one of Canada's top performing summer sports with a total of 24 Olympic medals, and a leader in the Paralympic movement. Canoe Kayak Canada is a member-based organization that includes an intricate network of clubs as well as provincial, territorial and divisional paddling associations. Elite National Team athletes proudly represent Canada at various competitions around the globe – most notably the Olympic Games, Paralympic Games, Pan American Games, ICF World Cups as well as Junior, Under 23 and Senior World Championships. Follow Canoe Kayak Canada on [Twitter](#), [Facebook](#), [Instagram](#) and [YouTube](#).

-30-

COVID-19 : Nouvelles du 18 mars

Chers athlètes, entraîneurs, clubs et provinces,

La priorité de CKC est la santé et le bien-être de ses membres, incluant les athlètes, les entraîneurs, le personnel ÉSI, les officiels, le personnel et les bénévoles.

La discipline de course de vitesse de CKC (CKC-DCV) a annulé les essais olympiques et paralympiques et mis fin au camp d'entraînement en Floride. Les athlètes et les entraîneurs sont de retour à la maison ou le seront cette semaine. Lorsque tous nos membres seront en sécurité à la maison, la planification officielle pour l'avenir selon les informations disponibles pourra commencer. Bien que des discussions concernant ces plans soient déjà en cours, certaines décisions demanderont des informations supplémentaires avant d'être prises et leurs

effets sur les plans connus. Nous vous tiendrons au courant régulièrement. Nous aurons plus de renseignements sur les épreuves de qualification olympique au cours des prochains jours.

Maintenant que les athlètes sont en route vers le Canada, il y a plusieurs questions concernant l'entraînement dans les clubs et les équipes provinciales et nationales. Ces questions sont normales, mais je vous demande, au nom de CKC, de comprendre que l'entraînement doit être considéré en fonction des mesures d'auto-isolément des autorités locales, provinciales et nationales et de respecter ces mesures. Il ne s'agit ni d'une suggestion ni d'une recommandation à l'heure actuelle si nous voulons faire partie de la solution et traverser la crise. Comme l'a dit notre premier ministre aujourd'hui, « tout ce qui demande d'ouvrir une porte doit rester fermé ». Cette mesure comprend les clubs, les centres d'entraînement, les salles d'entraînement et, dans certains cas, l'eau sur laquelle nous pagayons.

Gouvernement du Canada - Mises à jour COVID-19

Les membres de l'équipe nationale doivent voir cette semaine comme une semaine de récupération. Une telle semaine était prévue dans notre préparation pour Tokyo. La prochaine compétition aura probablement lieu à la fin du mois de juin, c'est-à-dire dans plus de trois mois. Une semaine de récupération veut dire de maintenir les acquis et de se reposer beaucoup. Le repos est encore plus important cette semaine, car tous seront affectés différemment par le stress de la situation actuelle. Certains athlètes se demandent ce qui arrive avec le canotage. Comme les installations sont fermées, un accès sécuritaire n'est pas possible, nous allons donc nous concentrer sur une période de préparation générale qui comprend des activités à la maison ou à l'extérieur et qui sont solitaires plutôt qu'en groupe. Le personnel d'entraînement de l'équipe nationale continue de fournir des programmes d'entraînement en tenant compte de ces restrictions. Nous devons faire preuve d'innovation. Des entraînements virtuels ont été suggérés. L'Ontario planifie une compétition virtuelle qui comprendra un défi santé hebdomadaire. Ces idées aideront à développer l'entraînement et nous aideront à nous préparer pour le moment où nous pourrions retourner sur l'eau en toute sécurité.

D'ici là, nous explorons toutes les options possibles pour améliorer les opportunités d'entraînement tout en respectant les consignes d'isolement. Nous faisons tous face à une période prolongée d'ajustement de nos routines habituelles, incluant les entraînements sur l'eau et le canotage récréatif. Nous travaillerons avec les membres de nos communautés dans les prochaines semaines pour bien comprendre cette réalité et établir des lignes directrices concernant les protocoles sécuritaires d'activités sur l'eau recommandés par CKC.

Bien sûr, comme nous l'avons dit précédemment, la situation évolue en tout temps et les choses pourraient être différentes demain. Pour l'instant, prenez le temps de vous reposer et laissez nos membres revenir à la maison en toute sécurité.

À propos de Canoe Kayak Canada

Canoe Kayak Canada (CKC) est l'organisme national qui régit le canoë-kayak de compétition au Canada. Le canoë-kayak est également l'un des sports d'été le plus performant du pays, avec un total de 24 médailles olympiques, et il est aussi un meneur dans le mouvement sportif paralympique. CKC est une organisation axée sur ses membres qui comprend un réseau complexe de clubs ainsi que des associations provinciales, territoriale et de divisions. Les athlètes d'élite de l'équipe nationale représentent fièrement le Canada dans différentes compétitions à travers le monde – dont principalement les Jeux olympiques, les Jeux paralympiques, les Jeux panaméricains, les Coupes du monde de la FIC, ainsi que les championnats du monde juniors, M23 et seniors. Suivez Canoe Kayak Canada dans [Twitter](#), [Facebook](#), [Instagram](#) et [YouTube](#).

-30-