

Québec 2020



Invitation provinciale – 50 m

7 au 9 février 2020

BULLETIN TECHNIQUE

Durée de la compétition

5 sessions sur 3 jours

Piscine

Piscine Lucien Flamand
École Wilbrod Bhérer
7, Robert Rumilly, Québec, Qc
Tel :418-691-6130

Directeur de rencontre

Éric Turcotte
competition.cnq@gmail.com
418-656-5837
(urgence seulement, privilégier le courriel)

Responsable des officiels

Jonathan Banville
roc.cnq@gmail.com

Sanction

La rencontre est sanctionnée par la *Fédération de natation du Québec*.

Règlements

Les règlements de *Swimming/Natation Canada* et de la *Fédération de natation du Québec* s'appliqueront lors de cette rencontre.

Règlements de sécurité

Les nageurs et les entraîneurs devront respecter les règlements de sécurité de *la Fédération de natation du Québec*.

Restrictions

Les nageurs pourront participer à un maximum de neuf (9) épreuves individuelles et à un maximum de trois (3) épreuves par jour.

Catégories*

11-12 ans

13-14 ans

15-16 ans

17 et +

**Tel que permis par la nouvelle réglementation de la FNQ 2019-2020, les nageurs 11-12 ans sont inscrits dans des épreuves spécifiques toutes finales directes.*

Éligibilité

Un nageur doit être affilié à une Section Provinciale.

Épreuves

Toutes les épreuves sont nagées du plus rapide au plus lent. Bien que ce soit une compétition avec finales, selon les normes en cours, toutes les épreuves 11-12 ans se nageront finales par le temps.

EXCEPTIONS : Bien que les épreuves 11-12 ans soient officiellement inscrites sous un numéro d'épreuve différent, en raison de la durée des sessions et/ou pour éviter qu'un athlète ne nage seul dans sa série, les 11-12 ans seront combinés aux 13 ans et plus pour les épreuves suivantes :

- Épreuves 200 m papillon féminin (129 & 29) : l'unique nageuse 11-12 ans nagera dans la série 2 de l'épreuve 29.

800 m libre / 1500 libre

En raison de la durée des sessions, les épreuves 800 m et 1500 m se nageront ainsi :

- Épreuve 109 : La série 1 et 2 se nagera seule.
- Épreuve 9 : La première série se nagera seule. Les séries 2 et 3, série 4 et 5, série 6 et 7, série 8 et 9 se nageront 2 par couloir.
- Épreuve 110 : aucun nageur
- Épreuve 10 : La première série se nagera seule. Les séries 2 et 3 se nageront 2 par couloir.

Inscriptions tardives

Selon les normes de la FNQ en cours, aucune inscription additionnelle ne sera acceptée pendant le temps alloué pour la période de forfait.

Période d'échauffement

Afin d'assurer le respect des règlements de sécurité, des modalités de partage du temps d'échauffement pour les préliminaires, deux (2) périodes de vingt (20) minutes, seront communiquées aux entraîneurs et accompagnateurs par le comité organisateur au moment de l'accueil. Les échauffements des finales seront libres.

Étant donné le nombre beaucoup plus important de nageurs du club CNQ (170) comparativement aux autres clubs, CNQ aura une période, les autres clubs se partageront l'autre en alternance. Il va avoir en moyen 22 nageurs par couloir.

Vendredi soir : Échauffement #1 (17h00) : CNQ
 Échauffement #2 (17h20):
 Couloir #1 : SHER (5) ET MY (17)
 Couloir #2 : UL (10), LMRL (11) ET ETM (1)
 Couloir #3 : UL (22)
 Couloir #4 : RL (8) et CNRB (14)
 Couloir #5 : RL (22)
 Couloir #6 : RL (22)

Samedi Matin : Échauffement #1 (7h30) :
 Couloir #1 : SHER (5) ET MY (17)
 Couloir #2 : UL (9), LMRL (11) ET ETM (1)
 Couloir #3 : UL (22)
 Couloir #4 : RL (8) et CNRB (14)
 Couloir #5 : RL (22)
 Couloir #6 : RL (22)

 Échauffement #2 (7h50) : CNQ
Dimanche Matin : Échauffement #1 (7h00) : CNQ
 Échauffement #2 (7h20):
 Couloir #1 : SHER (5) ET MY (17)
 Couloir #2 : UL (9), LMRL (11) ET ETM (1)
 Couloir #3 : UL (22)
 Couloir #4 : RL (8) et CNRB (14)
 Couloir #5 : RL (22)
 Couloir #6 : RL (22)

IMPORTANT : Aucun saut ou plongeon n'est permis pendant l'échauffement à l'exception des couloirs désignés à cette fin. Les nageurs doivent entrer dans l'eau de façon sécuritaire, les pieds les premiers.

L'utilisation de plaquettes et palmes est interdite.

Dénagement

La piscine sera disponible, au besoin, suite à la dernière épreuve durant une période à confirmer en début de rencontre.

Forfaits

Les forfaits pour les sessions préliminaires devront être déclarés au secrétariat pendant la période d'échauffement, au plus tard 30 minutes avant le premier départ. Les forfaits pour les sessions finales devront être déclarés dans les 30 minutes qui suivront la fin de la dernière épreuve du matin.

Réunion des entraîneurs

Il y aura une rencontre des entraîneurs 10 minutes avant chaque session préliminaire au besoin.

ATTENTION: *Travaillant non seulement pour le présent de nos jeunes mais également pour leur futur, CNQ applique une politique de développement durable.*

Conséquemment, aucune bouteille d'eau ne sera distribuée et nous demandons à tous d'apporter leur gourde.

De plus, aucun programme ne sera vendu. La compétition sera déposée sur Splash Me le mercredi précédant la compétition. De plus, le programme complet sera également transmis aux clubs participants et nous leur demandons de le faire parvenir aux familles des nageurs afin que ceux-ci puissent l'imprimer eux même s'ils le désirent.

PROGRAMME

Vendredi 7 février / Friday February 7

Vendredi PM / Friday PM			
Échauffement : 17h00 / Début 17h45		Warm-Up: 17h00 / Start: 17h45	
#	Femmes / Women	#	Hommes / Men
101	50 Libre / Freestyle	102	50 Libre / Freestyle
1	50 Libre / Freestyle	2	50 Libre / Freestyle
103	50 Brasse / Breast	104	50 Brasse / Breast
3	50 Brasse / Breast	4	50 Brasse / Breast
105	50 Dos / Back	106	50 Dos / Back
5	50 Dos / Back	6	50 Dos / Back
107	50 Papillon / Fly	108	50 Papillon / Fly
7	50 Papillon / Fly	8	50 Papillon / Fly
109	800 Libre mixte / Freestyle Mixed		
9	800 Libre mixte / Freestyle Mixed		
110	1500 Libre mixte / Freestyle Mixed		
10	1500 Libre mixte / Freestyle Mixed		

PROGRAMME

Samedi 8 février / Saturday February 8

Samedi AM - Préliminaires / Saturday AM - Preliminaries			
Échauffement : 7h30 / Début 8h15		Warm-Up: 7h30 / Start: 8h15	
#	Femmes / Women	#	Hommes / Men
111	200 Libre / Freestyle	112	200 Libre / Freestyle
11	200 Libre / Freestyle	12	200 Libre / Freestyle
113	100 Brasse / Breast	114	100 Brasse / Breast
13	100 Brasse / Breast	14	100 Brasse / Breast
115	200 Dos / Back	116	200 Dos / Back
15	200 Dos / Back	16	200 Dos / Back
117	100 Papillon / Fly	118	100 Papillon / Fly
17	100 Papillon / Fly	18	100 Papillon / Fly
119	400 QNI / IM	120	400 QNI / IM
19	400 QNI / IM	20	400 QNI / IM

Samedi PM - Finales / Saturday PM - Finals			
Échauffement : 16h30 / Début 17h00		Warm-Up: 16h30 / Start: 17h00	
#	Femmes / Women	#	Hommes / Men
5	50 Dos / Back	6	50 Dos / Back
11	200 Libre / Freestyle	12	200 Libre / Freestyle
13	100 Brasse / Breast	14	100 Brasse / Breast
15	200 Dos / Back	16	200 Dos / Back
17	100 Papillon / Fly	18	100 Papillon / Fly
1	50 Libre / Freestyle	2	50 Libre / Freestyle
19	400 QNI / IM	20	400 QNI / IM

PROGRAMME

Dimanche 9 février / Sunday February 9

Dimanche AM - Préliminaires / Sunday AM - Preliminaries			
Échauffement : 7h00 / Début 7h45		Warm-Up: 7h00 / Start: 7h45	
#	Femmes / Women	#	Hommes / Men
121	200 QNI / IM	122	200 QNI / IM
21	200 QNI / IM	22	200 QNI / IM
123	100 Libre / Freestyle	124	100 Libre / Freestyle
23	100 Libre / Freestyle	24	100 Libre / Freestyle
125	200 Brasse / Breast	126	200 Brasse / Breast
25	200 Brasse / Breast	26	200 Brasse / Breast
127	100 Dos / Back	128	100 Dos / Back
27	100 Dos / Back	28	100 Dos / Back
129	200 Papillon / Fly	130	200 Papillon / Fly
29	200 Papillon / Fly	30	200 Papillon / Fly
131	400 Libre / Freestyle	132	400 Libre / Freestyle
31	400 Libre / Freestyle	32	400 Libre / Freestyle

Dimanche PM - Finales / Sunday PM - Finals			
Échauffement : 15h00 / Début 15h30		Warm-Up: 15h00 / Start: 15h30	
#	Femmes / Women	#	Hommes / Men
7	50 Papillon / Fly	8	50 Papillon / Fly
21	200 QNI / IM	22	200 QNI / IM
23	100 Libre / Freestyle	24	100 Libre / Freestyle
25	200 Brasse / Breast	26	200 Brasse / Breast
27	100 Dos / Back	28	100 Dos / Back
29	200 Papillon / Fly	30	200 Papillon / Fly
3	50 Brasse / Breast	4	50 Brasse / Breast
31	400 Libre / Freestyle	32	400 Libre / Freestyle