

***Invitation NSH***

***Vendredi 20 janvier, samedi 21 janvier et dimanche 22 janvier 2023***

***Bulletin Technique***

***Directeur de rencontre durant la compétition***

Dominic Lacoste

Cell :418-931-4543

***Avis important : Les heures d’échauffement et de début de compétition ont été modifiées.***

***Vendredi PM :*** Échauffement 17h20. Début compétition 18h00.

***Samedi AM :*** Échauffement 9h10. Début compétition 10h00.

***Samedi PM :*** Échauffement 13h00. Début compétition 13h50.

**Samedi Finales :** Échauffement 15h30. Début compétition 16h00.

***Dimanche AM :*** Échauffement 9h10. Début compétition 10h00.

***Accueil des clubs***

Chaque club est invité à se rendre au secrétariat pour récupérer ses programmes et acquitter ses frais d’inscription. **Nous vous rappelons que le chèque doit être fait au nom de NSH. Le paiement par virement Interac ou par carte de crédit est possible.**

***Stationnement***

Le stationnement sera gratuit à partir du vendredi 20 janvier 16h00 jusqu’au dimanche soir 22 janvier.

****

**Lunch**

Pour les bénévoles et les entraîneurs qui seront présents à la session AM et PM du samedi, des collations et un repas (Lasagne) seront disponibles.

**Réunion des entraîneurs**

La réunion des entraîneurs aura lieu **samedi à 9h40** dans le local des sauveteurs (situé derrière le plot de départ du couloir 8).

**Forfaits et temps officiels**

Le formulaire de forfait devra être utilisé. Les formulaires sont disponibles au secrétariat. Nous demandons aux entraîneurs de bien vouloir remplir un formulaire distinct pour chaque forfait et de respecter les délais fixés dans l’invitation. Toute demande de temps officiel devra être présentée par écrit au moins trente (30) minutes avant le début de la session concernée.

**Résultats**

Les résultats en direct seront disponibles sur notre site web : <https://www.natation-nsh.com> et sur l’application *SplashMe*. Ils seront également affichés sur le mur à l’arrière des gradins pour le bénéfice des spectateurs et dans les fenêtres du hall principal (recto de la feuille vers le bassin) pour le bénéfice des nageurs.

**Prix**

Des médailles seront remises au 3 premier nageurs de chaque épreuve. Elles devront être récupérées à la fin de la compétition au secrétariat. Pour l’épreuve SKIN homme et femme, les récompenses en cartes cadeaux seront :

***Finales (Vague 3)***

* 1ière position 100$
* 2ième position 75$

***Demi-finalistes (Vague 2)***

* 3ième position 50$
* 4ième position 50$

***Participation à la finales (Vague 1)***

* 5ième position 25$
* 6ième position 25$
* 7ième position 25$
* 8ième position 25$

**Sécurité**

Le comité organisateur et la ville de Québec demandent aux entraîneurs d’aviser les nageurs de limiter la nourriture aux abords du bassin et de faire preuve de propreté en utilisant les poubelles. Aucun contenant de verre ne sera toléré sur le bord de la piscine. Pour éviter les vols dans les vestiaires, aviser vos nageurs d’avoir un bon cadenas et de ne pas laisser d’objets sans surveillance. En cas d’accidents ou de blessures, en référer aux sauveteurs.

**Divers**

**Aucune eau embouteillée ne sera fournie durant la rencontre. Vous devez apporter votre bouteille personnelle.** Il n’y aura pas de casse-croûte, ni de programmes imprimés en vente pour les spectateurs.

**Règlements**

Les règlements de Natation Canada ainsi que la procédure d’échauffement seront en vigueur, voir <https://www.swimming.ca/content/uploads/2021/07/procedures-de-securite-pour-lechauffement-en-competition-de-natation-canada-2020.pdf>

**Périodes d’échauffement**

Les plongeons pourront être permis durant les 10 dernières minutes de chaque période, le tout à la discrétion des entraîneurs (circulation à sens unique).

|  |  |
| --- | --- |
| Vendredi PM | **17h20-17h50** |
| 1 | CAHB/CNRB/UNIK/UL/NSH |
| 2 | CAHB/CNRB/UNIK/UL/NSH |
| 3 | CAHB/CNRB/UNIK/UL/NSH |
| 4 | CAHB/CNRB/UNIK/UL/NSH |
| 5 | CAHB/CNRB/UNIK/UL/NSH |
| 6 | CAHB/CNRB/UNIK/UL/NSH |
| 7 | CAHB/CNRB/UNIK/UL/NSH |
| 8 | CAHB/CNRB/UNIK/UL/NSH |

****

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Samedi AM*** | ***9h10-9h30*** | ***9h30-9h50*** |
| 1 | UL | NSH |
| 2 | UL | NSH |
| 3 | UL | NSH |
| 4 | UL | NSH |
| 5 | UL | NSH |
| 6 | UL | CNRB |
| 7 | UL | CNRB |
| 8 | UNIK | CAHB/CNRB |



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Samedi PM*** | ***13h00-13h20*** | ***13h20-13h40*** |
| 1 | NSH | UL |
| 2 | NSH | UL |
| 3 | NSH | UL |
| 4 | NSH | UL |
| 5 | NSH | UL |
| 6 | CNRB | UL |
| 7 | CNRB | UL |
| 8 | CAHB/CNRB | UNIK |

|  |  |
| --- | --- |
| ***Samedi Finale PM*** | ***15h30-15h50*** |
| 1 | CAHB/CNRB/UNIK/UL/NSH |
| 2 | CAHB/CNRB/UNIK/UL/NSH |
| 3 | CAHB/CNRB/UNIK/UL/NSH |
| 4 | CAHB/CNRB/UNIK/UL/NSH |
| 5 | CAHB/CNRB/UNIK/UL/NSH |
| 6 | CAHB/CNRB/UNIK/UL/NSH |
| 7 | CAHB/CNRB/UNIK/UL/NSH |
| 8 | CAHB/CNRB/UNIK/UL/NSH |



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Dimanche AM*** | ***9h10-9h30*** | ***9h30-9h50*** |
| 1 | NSH | UL |
| 2 | NSH | UL |
| 3 | NSH | UL |
| 4 | NSH | UL |
| 5 | NSH | UL |
| 6 | CNRB | UL |
| 7 | CNRB | UL |
| 8 | CAHB/CNRB | UNIK |