

## EXPLICATION DU GUIDE TECHNIQUE 2016-2017

Un guide simple vous a été préparé afin de vous expliquer les différents changements du guide technique 2016-2017. Ce guide est fait en six parties et explique les différents changements suivants :

- 1er les changements apportés par Natation Canada;
- 2e les changements apportés au guide technique pour ce qui est des invitations provinciales;
- 3e les changements apportés au guide technique pour ce qui est des championnats provinciaux;
- 4e comment les nouveaux standards ont été établis ?
- 5e sous forme de questions – réponses;
- 6e la conclusion du guide explicatif.

### 1) NATATION CANADA

Les changements apportés au guide technique 2016-2017 sont directement liés aux changements apportés par Natation Canada. A la demande de Sport Canada, les fédérations nationales doivent produire une révision de leur système de compétition. Cette révision doit tenir compte des objectifs de la fédération.

Menée par le directeur de la haute performance John Atkinson, cette révision a été effectuée en collaboration avec les leaders techniques et de la science du sport de partout au Canada.

«Je suis très heureux de la direction que prend Natation Canada avec cette nouvelle structure» a déclaré Istvan Balyi de la société Le sport c'est pour la vie et expert dans le développement à long terme chez l'athlète qui a contribué à cette révision.

En sommes, toutes les provinces canadiennes doivent suivre les deux principes de bases suivants :

1. Les championnats provinciaux pour les 13 ans et plus doivent être en long bassin et doivent se tenir au printemps (au mois de mars et avril) et à l'été (au mois de juillet et août).
2. Seuls les temps faits durant ses périodes seront acceptés pour réaliser des standards pour participer aux évènements canadiens.

Le plan d'amélioration du réseau des compétitions, ainsi que les informations préliminaires des compétitions nationales et autres informations pertinentes se retrouvent :

<https://www.swimming.ca/fr/nouvelles/2016/06/30/la-revision-des-competitions-fait-ses-premiers-pas-pour-ameliorer-le-classement-mondial-du-canada-2/>

### 2) INVITATIONS PROVINCIALES

**Plusieurs changements ont été apportés pour l'année 2016-2017, il est important d'en prendre connaissance. Voici un résumé des changements :**

- a) Tous les groupes d'âge pourront nager ensemble dans une même session en compétition.
- b) Pour toutes les compétitions, sans exception, l'admissibilité du nageur est calculée selon l'âge du nageur au premier jour de compétition.

- c) Les clubs pourront organiser des invitations provinciales avec ou sans temps de qualification.
- d) Les clubs pourront décider d'organiser des invitations provinciales avec temps de qualification dans certains groupes d'âge et sans temps de qualification dans d'autres groupes d'âge.
- e) Une session de compétition avec des nageurs de 10 ans et moins ne devra jamais excéder 3h30 incluant l'échauffement.
- f) Les nageurs de 10 ans et moins devront nager dans des numéros d'épreuves différentes en tout temps.
- g) Lors des invitations, les nageurs 10 ans et moins et 11-12 ans devront uniquement nager des finales par le temps.
- h) Aucune sanction pour invitation provinciale avec finale ne sera accordée au mois de septembre, octobre, janvier et février.

Ces changements ont pour objectif :

- De permettre une plus grande liberté et créativité pour l'organisation des compétitions.
- De faciliter et simplifier l'organisation des événements en fonction de la réalité vécue par chacun des clubs.
- De s'adapter au mode de vie des familles d'aujourd'hui afin de s'assurer que les athlètes pratiquent la natation à long terme.

### **3) FESTIVALS – CHAMPIONNATS – CIRCUIT SENIOR - COUPE DU QUÉBEC**

**Plusieurs changements ont été apportés pour l'année 2016-2017, il est important d'en prendre connaissance. Voici un résumé des changements :**

- a) Pour toutes les compétitions, sans exception, l'admissibilité du nageur est calculée avec l'âge du nageur au premier jour de compétition.
- b) Pour toutes ces compétitions, il n'y aura aucune épreuve bonus et tous les temps devront être prouvés. Aucun N.T. ne sera accepté.
- c) Pour les championnats, les nageurs peuvent seulement nager dans les épreuves auxquelles ils se qualifient, et ce, sans limite du nombre d'épreuve individuelle.
- d) Tous les Festivals par équipes sont des finales par le temps et les groupes d'âge sont : 11-12 ans, 13-14 ans, 15-16 ans et 17 ans et plus.
- e) Pour les Championnats provinciaux 11-12 ans « A » et Championnats provinciaux 13-16 ans « AA » et « AAA », les nageurs devront atteindre 3 temps de qualification dans n'importe quel style et distance pour y participer.
- f) Un nageur 11-12 ans qui participe au Festival provincial développement ne pourra participer au Championnat provincial.
- g) Un nageur 13-16 ans ne pourra participer qu'à un seul Championnat provincial « AA » ou « AAA » du printemps et un seul Championnat provincial « AA » ou « AAA » d'été.

- h) Pour le circuit senior, les nageurs 17 ans et plus devront atteindre 2 temps de qualification dans n'importe quel style et distance pour y participer.
- i) Pour les Coupes du Québec, les nageurs 17 ans et plus devront atteindre 2 temps de qualification dans n'importe quel style et distance pour y participer.
- j) Pour les Coupes du Québec, les nageurs 16 ans et moins devront atteindre 2 temps de qualification dans n'importe quel style et distance pour y participer.

Ces changements ont pour objectif de :

- Créer un lien direct entre l'entraînement et la compétition.
- Être en lien direct avec la nouvelle de structure de compétition de Natation Canada.
- Cibler les compétitions en fonction du développement de chaque athlète.
- Permettre un meilleur regroupement des nageurs en fonction de leur calibre.

#### 4) STANDARDS 2016-2017

Les standards 2016-2017 ont été établis en respectant les trois critères suivants :

1. Mettre toutes les épreuves sur le même pied d'égalité afin de d'avoir un portrait de la situation au Québec. Avec cette méthode, il est possible comme province d'analyser les faiblesses et les forces des athlètes québécois.
2. Afin d'avoir des championnats de niveau provincial de qualité, il est impératif d'établir la capacité d'accueil pour les différents événements :

Âges	Capacités d'accueil
11-12 ans	500 athlètes
13-14 ans AA	800 athlètes
15-16 ans AA	
13-14 ans AAA	400 athlètes
15-16 ans AAA	
17+	400 athlètes

3. En tenant compte de 3 temps réussis, voici les positions qui ont été prises en considération pour établir les standards.

Championnats	Homme / Femme
11-12 ans	160 <sup>ième</sup>
13-14 ans / 15-16 ans AA	160 <sup>ième</sup>
13-14 ans / 15-16 ans AAA	60 <sup>ième</sup>
Coupe du Québec, 16 ans et moins	Championnats canadiens de l'Est filles/garçon 15 ans en bassin long et moins 2% en bassin court.
Circuit Senior, 17 ans et plus	80 <sup>ième</sup>
Coupe du Québec, 17 ans et plus	50 <sup>ième</sup>

## 5) QUESTIONS ET RÉPONSES

Plusieurs questions ont été soulevées lors de la publication de la version non-officielle, voici un résumé des questions et réponses :

Questions	Réponses
1. Pouvons-nous faire nager des 50m papillon, dos et brasse aux nageurs de 11 ans et plus en compétition?	Oui, vous pouvez faire n'importe quelles épreuves lors des invitations régionales et provinciales.
2. Pouvons-nous faire nager le 1500m aux nageurs de 11-12 ans, en compétition?	Oui, vous pouvez faire n'importe quelles épreuves lors des invitations régionales et provinciales.
3. Pouvons-nous établir nos propres standards pour nos compétitions régionales ou invitation provinciales?	Oui, vous pouvez établir vos propres standards lors des invitations régionales et provinciales.
4. Pouvons-nous utiliser certains standards de la FNQ pour certaines épreuves et établir nos propres standards pour d'autres épreuves pour nos compétitions régionales ou invitations provinciales?	Oui, vous pouvez utiliser certains standards de la FNQ pour certaines épreuves et établir vos propres standards pour d'autres épreuves pour vos compétitions régionales ou invitations provinciales.
5. Pouvons-nous inscrire des nageurs sans temps (N.T) lors des invitations régionales et provinciales?	Ceci est à la discrétion de l'organisateur de l'événement.
6. Pouvons-nous faire nager les nageurs 10 ans et moins plus d'une session par jour et avec d'autres catégories d'âge?	Oui, à condition qu'ils nagent des épreuves 10 ans et moins et différentes d'une session à une autre, que la session dure moins de 3h30 incluant l'échauffement et qu'ils nagent avec des finales par le temps.
7. Pouvons-nous donner des médailles et des trophées aux nageurs 10 ans lors de nos invitations?	Oui, les récompenses sont 100% à la discrétion de l'organisateur de l'événement.
8. Si un nageur a trois standards « AAA », est-il obligé de participer au championnat « AAA »?	Non, le choix de participer à un championnat ou un autre revient au nageur et à son entraîneur. Dans ce cas, le nageur pourra participer au championnat « AA » mais ne pourra pas nager les épreuves dans lesquelles il a réussi ses standards « AAA ».
9. Est-ce qu'il y a une limite d'épreuve individuelle dans les championnats ?	Non, il faut avoir uniquement réussi le standard pour s'inscrire à l'épreuve.
10. Est qu'un nageur peut participer à un championnat provincial du printemps et participer à la Coupe du Québec?	Oui
11. Est qu'un nageur de 16 ans peut participer au circuit senior?	Oui, s'il aura 17 ans au cours de l'année de natation (1 <sup>er</sup> septembre au 31 août).
12. Est qu'un nageur de 12 ans peut participer à la Coupe du Québec?	Oui, tous ceux qui réussissent les standards Coupe du Québec 16 ans et moins peuvent y participer.
13. Est-ce que les organisateurs auront à fournir des t-shirts lors des championnats?	Non, finalement, cet item a été retiré du guide technique.

## 6) CONCLUSION

En somme, les nouveaux changements donnent beaucoup plus de latitude aux clubs du Québec. En plus d'être en lien avec les changements de Natation Canada, les changements énoncés dans le guide technique respectent le développement à long terme de l'athlète. Les athlètes devront s'entraîner dans plusieurs styles et distances de nage s'ils veulent nager plusieurs épreuves lors des championnats de niveau provincial.

Les nageurs 12 ans et moins auront un championnat au mois de février et au mois de juin. Les nageurs 13 ans et plus auront une plus grande période de préparation. Leurs compétitions d'envergure auront lieu au mois de mars-avril au lieu de février-mars. Durant la saison estivale, les nageurs 13 ans et plus auront des compétitions d'envergure au mois de juillet et les plus avancés finiront au championnat canadien senior.

De plus, un circuit provincial senior verra le jour. Ce circuit s'adressera aux nageurs de 17 ans et plus. Les nageurs devront avoir 17 ans et plus entre le 1 septembre 2016 et le 31 août 2017. Les nageurs accumuleront des points au cours des quatre compétitions. Une équipe « étoile » sera sélectionnée à la fin et partira en tournée aux États-Unis.

Néanmoins, il ne faut pas oublier qu'il est important de respecter le développement à long terme de l'athlète. Il est dans l'intérêt du nageur de bien sélectionner le niveau de compétition et de championnat adapté à son développement. Les championnats ne sont pas pour tous. Il faut toujours se rappeler qu'il est préférable d'entraîner l'individu avant d'entraîner le nageur.

Si vous désirez des informations additionnelles au sujet du guide technique, nous vous invitons à communiquer avec Michel Bérubé ([mberube@fnq.qc.ca](mailto:mberube@fnq.qc.ca))

Bonne saison !



**Fédération de natation du Québec**

4545, Pierre-de Coubertin

Montréal (QC) H1V 0B2

Tél. 514-252-3200

Site web : [www.fnq.qc.ca](http://www.fnq.qc.ca)