



IDENTIFICATION DES ATHLÈTES « ESPOIR »

Les athlètes identifiés « ESPOIR » en natation pour toutes les disciplines Piscine / Eau libre / Paranatation sont sélectionnés comme suit :

1- Exigence compétitive

1.1 Piscine

Athlètes âgés entre 12 et 17 ans, affiliés à la FNQ et ayant participé à l'un de ces championnats :

- Championnat provincial 11-12 ans
- Championnat provincial groupe d'âge AA
- Championnat provincial groupe d'âge AAA
- Coupe du Québec (championnat provincial senior et paranatation)

Athlètes âgés entre 18 et 21 ans, affiliés à la FNQ et ayant participé à l'un de ces championnats :

- Championnats canadiens juniors
- Championnats canadien de l'Est du Canada
- Championnat canadien de natation (senior)
- Essais canadiens de natation

1.2 Eau libre

Athlètes âgés entre 14 et 21 ans, affiliés à la FNQ et ayant participé à l'un de ces championnats :

- Championnat provincial en eau libre – Épreuve du 5 km uniquement (Épreuve complétée dans les temps requis)

1.3 Paranatation

Athlètes âgés entre 12 et 21 ans, affiliés à la FNQ et ayant participé à l'un de ces championnats :

- Championnat provincial 11-12 ans
- Championnat provincial groupe d'âge AA
- Championnat provincial groupe d'âge AAA
- Coupe du Québec (championnat provincial senior et paranatation)

2- Exigence d'entraînement minimum

- Les athlètes de 12 ans doivent s'entraîner au minimum 3 fois par semaine
- Les athlètes de 13-14 ans doivent s'entraîner au minimum 5 fois par semaine
- Les athlètes de 15-16 ans doivent s'entraîner au minimum 6 fois par semaine
- Les athlètes de 17 ans et plus doivent s'entraîner au minimum 7 fois par semaine

Une preuve d'entraînement pourra être demandée en tout temps.

3- Modalité d'application

- Les critères d'admissibilité aux championnats provinciaux sont disponibles dans les guides techniques publiés sur le site internet <http://www.fnq.qc.ca>.
- L'athlète est identifié à la suite d'une participation à un championnat énuméré ci-dessus, et ce, jusqu'à la fin de la saison de natation suivante.
- Une liste des athlètes affiliés est mise à jour à compter du 1er novembre de chaque année.
- Un mois après chaque championnat, la liste est révisée et publiée en ligne sur le site internet de la FNQ.