



# Championnat provincial AA Est



Natation Sainte-Foy  
Haute-Saint-Charles

## BULLETIN TECHNIQUE



Directeur de rencontre : Paul Bourassa, [officiels@natation-nsh.com](mailto:officiels@natation-nsh.com)

À noter les points ou changements importants en rouge

### Accueil

Récupérez vos programmes et acquittez vos frais d'inscription par **paiement en ligne** ou à la table du commis de course par chèque

*Veillez faire le chèque à l'ordre de NSH*

### Réunion des entraîneurs :

Vendredi le 21 février 2020 à **7h35**

**Foyer** (accès par les portes donnant sur le bassin, côté fenêtres)



Le Championnat est sanctionné par

21 au 23  
février  
2020

# ÉCHAUFFEMENT

## HORAIRE

	Vendredi 21 février	Samedi 22 février	Dimanche 23 février
Préliminaires	Échauffement : 6h45 à 7h45 Début de la compétition : 7h50	Échauffement : 7h00 à 8h00 Début de la compétition : 8h05	Échauffement : 7h00 à 8h00 Début de la compétition : 8h05
Finales	Échauffement: 16h00 à 16h50, Début de la compétition : 17h00	Échauffement: 16h00 à 16h50, Début de la compétition : 7h00	Échauffement : 15h00 à 15h50 Début de la compétition : 16h00




## PROCÉDURE D'ÉCHAUFFEMENT

-  Durant la compétition, les procédures de sécurité pour l'échauffement en compétition de Natation Canada seront en vigueur

**Un athlète fautif pourrait être pénalisé et ne pas participer à sa première épreuve de la session.**

<https://www.swimming.ca/content/uploads/2015/06/procedures-de-securite-pour-lechauffement-en-compétition-de-natation-canada-26-septembre-2016.pdf>

## PÉRIODES ET DURÉES

-  Les périodes d'échauffement sont de **20 minutes** pour chacun des groupes dans le bassin de compétition.
-  Les premières **15 minutes**, la circulation dans tous les couloirs se fera en cercle.
-  Les **5 dernières minutes**, tous les couloirs auront la possibilité d'être organisés «sprint » avec départ plongé autorisé. La circulation se fera à sens unique.

*Si un couloir est utilisé par plus d'un club, il appartient aux entraîneurs de s'entendre pour appliquer les règles de circulation et de la période sprint.*

## DÉNAGEMENT

À noter qu'il n'y a pas de bassin de dénagement disponible, sauf pour le dimanche matin (2 couloirs dans le bassin A). Pour les finales, nous sommes en attente d'une réponse du PEPS.

## HORAIRE DES ÉCHAUFFEMENTS - SESSIONS DES PRÉLIMINAIRES

### Vendredi AM

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6h45 à 7h05	CAC CNBB	SHER	RL	RL ETM	RED	MEGO	ICI CNJO CNDA	CNRB CNHR	SAMAK	SAMAK CNM
7h05 à 7h25	RIKI	RIKI	ABC BG CNSF CAMQ	CPC CNCC	CNCI MY	CNJA CNSI CLOB	CNBF HIPPO	MUST	MUST BLUE	ELITE
7h25 à 7h45	UL	UL	CNQ	CNQ	CNQ	CNQ	LMRL UNIK	NSH LLOU	CNMM OP	CNSH STN ENC

### Samedi AM

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7h00 à 7h20	UL	UL	CNQ	CNQ	CNQ	CNQ	LMRL UNIK	NSH LLOU	CNMM OP	CNSH STN ENC
7h20 à 7h40	CAC CNBB	SHER	RL	RL ETM	RED	MEGO	ICI CNJO CNDA	CNRB CNHR	SAMAK	SAMAK CNM
7h40 à 8h00	RIKI	RIKI	ABC BG CNSF CAMQ	CPC CNCC	CNCI MY	CNJA CNSI CLOB	CNBF HIPPO	MUST	MUST BLUE	ELITE

### Dimanche AM

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7h00 à 7h20	RIKI	RIKI	ABC BG CNSF CAMQ	CPC CNCC	CNCI MY	CNJA CNSI CLOB	CNBF HIPPO	MUST	MUST BLUE	ELITE
7h20 à 7h40	UL	UL	CNQ	CNQ	CNQ	CNQ	LMRL UNIK	NSH LLOU	CNMM OP	CNSH STN ENC
7h40 à 8h00	CAC CNBB	SHER	RL	RL ETM	RED	MEGO	ICI CNJO CNDA	CNRB CNHR	SAMAK	SAMAK CNM

## HORAIRE DES ÉCHAUFFEMENTS - SESSIONS DES FINALES

Période d'échauffement ouverte à tous les athlètes finalistes, substituts et participants au relais

- 10 minutes avant la fin de l'échauffement ou durant tout l'échauffement si possible, les couloirs 0, 1, 8 et 9 deviendront des couloirs de départs / vitesse.

## DÉROULEMENT DE LA COMPÉTITION

### AUSTEMENTS

- Le calcul des séries de 800 / 1500 sera refait au début des sessions, après la période des forfaits et les séries pourront être regroupées à 2 nageurs par couloir, sauf pour les 10 meilleurs temps d'inscription prouvés de chaque groupe d'âge qui nageront seuls dans leur couloir.
- Les séries de 800 / 1500m libre se nageront du plus rapide au plus lent et il y aura alternance de vagues femme et homme
- Le calcul des séries de 400 sera refait au début de la session, après la période des forfaits

### FORFAITS (ÉPREUVES INDIVIDUELLES ET RELAIS)

	Vendredi 21 février	Samedi 22 février	Dimanche 23 février
Session AM	30 minutes avant le début de la session	30 minutes après la fin de la session du vendredi soir	30 minutes après la fin de la session du samedi soir
Session PM	30 minutes après la fin de la session du vendredi matin	30 minutes après la fin de la session du samedi matin	30 minutes après la fin de la session du dimanche matin

### PÉRIODE DE MODIFICATIONS

- Ordre des nageurs de relais : Les noms et l'ordre des nageurs de relais peuvent être modifiés jusqu'à 30 minutes avant le début de la session.
- Les membres d'une équipe de relais ainsi que l'ordre de départ doivent être inscrits avant le dernier échéancier pour les forfaits.

### PÉNALITÉS :

- Une pénalité de 10\$ sera appliquée pour tout forfait non déclaré dans la période autorisée
- La même pénalité sera appliquée pour tout nageur qui ne terminerait pas sa course sans raison valable.
- La liste des infractions relevées pour chaque club sera envoyée par le comité organisateur à la FNQ, qui enverra par la suite une facture aux clubs fautifs dans les jours suivant le championnat.

## TEMPS DE PASSAGE OFFICIEL

- Les demandes de temps de passage comme temps officiel devront être faites au commis de course, au plus tard avant le début de l'épreuve en question.

## ESSAIS DE TEMPS

- Il n'y aura aucun essai de temps.

## PAUSE

- En cas de besoin, le comité organisateur se réserve la possibilité d'insérer des pauses en cours de session, durant lesquelles les nageurs pourront utiliser la piscine pour s'échauffer ou dénager.

# RÉSULTATS ET RÉCOMPENSES

## RÉSULTATS

- Les résultats en direct seront disponibles sur la page d'accueil du NSH (<https://natation-nsh.com>) ou via le lien suivant : <https://live.swimrankings.net/27346/>
- Disponibles également via l'application SplashMe.
- Les résultats seront affichés sur le mur du Foyer (sous les gradins), au centre.

## REMISES PROTOCOLAIRES

- Dans la mesure du possible, la remise des médailles aura lieu lors des sessions finales de la compétition, après chaque épreuve dès que les résultats sont déclarés officiels. Les médailles des épreuves de 800 et 1500 et des relais 4 x 50 m libre seront remises lors des sessions finales qui suivent (Pour tous les nageurs qui ne seront pas présents, les entraîneurs seront priés de récupérer les médailles à la table du commis de course)

En cas d'égalité : les points pour chaque place impliquée dans l'égalité seront additionnés et divisés également parmi les concurrents ou les équipes touchés par l'égalité.

## AUTRES INFORMATIONS IMPORTANTES

**Nous demandons à vos nageurs d'utiliser les vestiaires Hommes et Femmes (en bas des escaliers). Le vestiaire familial n'est accessible qu'aux paranauteurs.**

Merci de votre collaboration au maintien de la propreté du bord de la piscine et des vestiaires. Au plaisir de vous accueillir!

Bonne compétition

# CHOICE

HOTELS CANADA™



Profitez du programme de Choice  
Numéro d'identification client # **00622380**  
pour réserver et économiser !

