



FÉDÉRATION
DE NATATION
DU QUÉBEC



CLUB
DE NATATION
RÉGION
DE QUÉBEC

Festival provincial par équipe SECTION 1

BULLETIN TECHNIQUE

Comité organisateur

Directeur de rencontre : Pascale Simard, competition.cnq@gmail.com

Accueil

Récupérez vos programmes et acquittez vos frais d'inscription
à la table du commis de course

Veuillez faire le chèque à l'ordre de : CNQ - Club de Natation Région de Québec

Réunion des entraîneurs :

Vendredi le 1er novembre 2019 à 8h30

Lieu à confirmer lors de l'acquittement des frais de participation






**1 au 3
novembre
2019**


INFORMATIONS SUR LA COMPÉTITION

ÉCHAUFFEMENT

HORAIRE

-  Sessions du matin : 8h à 8h50, début de la compétition à 9h
-  Sessions des finales : 16h à 16h50, début de la compétition à 17h
-  Accessibilité à un bassin de dénagement pendant la compétition

PROCÉDURE D'ÉCHAUFFEMENT




-  Durant la période d'échauffement, le nageur doit se GLISSER dans l'eau PIEDS EN PREMIERS, de façon sécuritaire.

PAS DE SAUT, NI DE PLONGEON

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-competition-de-natation-canada-26-septembre-2016.pdf>

PÉRIODES ET DURÉES

-  Les périodes d'échauffement sont de 25 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 10 dernières minutes, tous les couloirs auront la possibilité d'être organisés «sprint » avec départ plongé autorisé. La circulation se fera à sens unique.

HORAIRE DES ÉCHAUFFEMENTS EN PRÉLIMINAIRE

Vendredi

Bassin A 8h00 à 8h25	Couloir	Bassin B 8h00 à 8h25
CNQ	0	NN
CNQ	1	NN
CNQ	2	NN
CNQ	3	NN
CNQ	4	NN
CNQ	5	NN
CNQ	6	NN
CNQ	7	ELITE
ELITE	8	ELITE
ELITE	9	ELITE

Bassin A 8h25 à 8h50	Couloir	Bassin B 8h25 à 8h50
PCSC	0	CAMO
PCSC	1	CAMO
PCSC	2	CAMO
PCSC	3	CAMO
PCSC	4	CAMO
PCSC	5	SAMAK
PCSC	6	SAMAK
CSLA	7	SAMAK
CSLA	8	SAMAK
CSLA	9	SAMAK

Samedi

Bassin A 8h00 à 8h25	Couloir	Bassin B 8h00 à 8h25
PCSC	0	CAMO
PCSC	1	CAMO
PCSC	2	CAMO
PCSC	3	CAMO
PCSC	4	CAMO
PCSC	5	SAMAK
PCSC	6	SAMAK
CSLA	7	SAMAK
CSLA	8	SAMAK
CSLA	9	SAMAK

Bassin A 8h25 à 8h50	Couloir	Bassin B 8h25 à 8h50
NN	0	CNQ
NN	1	CNQ
NN	2	CNQ
NN	3	CNQ
NN	4	CNQ
NN	5	CNQ
NN	6	CNQ
ELITE	7	CNQ
ELITE	8	ELITE
ELITE	9	ELITE

Dimanche

Bassin A 8h00 à 8h25	Couloir	Bassin B 8h00 à 8h25
CNQ	0	NN
CNQ	1	NN
CNQ	2	NN
CNQ	3	NN
CNQ	4	NN
CNQ	5	NN
CNQ	6	NN
CNQ	7	ELITE
ELITE	8	ELITE
ELITE	9	ELITE

Bassin A 8h25 à 8h50	Couloir	Bassin B 8h25 à 8h50
CAMO	0	PCSC
CAMO	1	PCSC
CAMO	2	PCSC
CAMO	3	PCSC
CAMO	4	PCSC
SAMAK	5	PCSC
SAMAK	6	PCSC
SAMAK	7	CSLA
SAMAK	8	CSLA
SAMAK	9	CSLA

DÉROULEMENT DE LA COMPÉTITION (MODIFICATIONS / AJUSTEMENTS)

- Les 800 / 1500 seront nagés un par couloir pour les meilleures séries de chaque catégorie d'âge et deux par couloir pour les autres.
- Il sera possible d'utiliser des « ledges » lors des épreuves de dos en finales.

CONFIRMATION DE PRÉSENCE ET FORFAITS (ÉPREUVES INDIVIDUELLES ET RELAIS)

Période de forfaits:

	Préliminaires	Finales
Vendredi 1er novembre	30 minutes avant le début de la compétition (8h30)	30 min après la fin de la session de préliminaire de la même journée, à l'exception des épreuves contre la montre
Samedi 2 novembre	30 minutes après le début de la session de finales de la soirée précédente (17 h 30)	30 min après la fin de la session de préliminaire de la même journée, à l'exception des épreuves contre la montre
Dimanche 3 novembre	30 minutes après le début de la session de finales de la soirée précédente (17 h 30)	30 min après la fin de la session de préliminaire de la même journée, à l'exception des épreuves contre la montre

Période de modification

- 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. L'heure exacte de la fin de la période de modification sera inscrite dans le bulletin technique et/ou annoncée sur la piscine (CSW 10.13.1);




RÉSULTATS

- Les résultats en direct seront disponibles via le lien suivant www.cnq.club.
- Disponibles également via l'application SplashMe.
- Les résultats seront affichés sur le bord de la piscine ainsi que près des gradins (pour les spectateurs).

REMISES PROTOCOLAIRES

- Une remise de médaille aura lieu lors de la compétition, près du bassin A lors des sessions finales.

AUTRES INFORMATIONS IMPORTANTES

-  Veuillez noter que, travaillant non seulement pour le présent de nos jeunes mais également pour leur futur, CNQ applique une politique de développement durable. Pour cette raison, un total de 8 programmes par club sera disponible pour les entraîneurs. Nous demandons aux entraîneurs de conserver le programme pour la durée de la compétition. Si des changements entraînaient un changement majeur, un programme mis à jour sera bien sûr redistribué.
-  La compétition sera déposée sur Splash Me le dimanche précédant la compétition. Le programme complet sera également transmis aux clubs participants qui pourront le faire parvenir aux familles des nageurs afin que ceux-ci puissent l'imprimer eux-mêmes s'ils le désirent.
-  Aucune bouteille d'eau ne sera distribuée et nous demandons à tous (officiels et entraîneurs) d'apporter leur gourde.

N'oubliez pas!!! Dans la nuit du 2 au 3 novembre



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 !

