



FÉDÉRATION
DE NATATION
DU QUÉBEC



Le CLUB DE NATATION D.D.O. présente *La Manche 6 du Circuit Coupe du Québec des maîtres nageurs*


12001 Boul. de Salaberry, Dollard-des-Ormeaux, QC, H9A 2A7

Samedi 7 décembre 2019

Bulletin Technique

Directeurs de rencontre et Responsable des officiels / Meet Manager & Officials Chair

 Jean-Philippe Ponton 514-220-9100
jp@relianceconstruction.com

 Olga Mazur
officiels@ddoswim.com




Horaire / Schedule

Échauffement / Warm Up : 8h00 à 8h50

Début / Start : 9h00

Installation

Stationnement gratuit / Stationnement gratuit /

-  Deux bassins de 25 mètres, six couloirs / *Two 25m pools, six lanes each*
-  Estrades pour environ 300 spectateurs / *Stands for about 300 persons*
-  Service de restauration disponible sur place / *Cantine available on site*

Le Club de natation D.D.O. n'est pas responsable pour les articles personnels perdus/volés.

The D.D.O. Swim Club is not responsible for any personal items that are lost/stolen.

Commis de course / Clerk of Course

La table du commis de course sera sur le bord de la piscine près des vestiaires pour femmes. Des feuilles de séries seront affichées près des plongeoirs et sur les murs sur le côté du bassin peu profond. S.V.P. Les cartes de relais doivent être remises au commis de course avant 9h00. Pour les équipes qui n'ont pas payé, S.V.P. apportez vos paiements dès votre arrivée. Note : Il est important de noter que nous accepterons qu'UN SEUL paiement par Club. Les paiements individuels lorsqu'il y a plusieurs nageurs dans un club ne seront pas acceptés. Tous les nageurs du club se verront refusés de nager si le paiement du club n'est pas reçu avant 9h le 14 mars 2019.



The Clerk-of-Course table will be set-up on deck near the ladies locker room. Heat sheets will be posted by the diving board and on sidewalls in the shallow end. Please submit your relays cards by 9:00. Clubs with outstanding payments are asked to pay upon arrival.







Note: it is important to be aware that we will accept only ONE payment per club. Individual payments when a club has more than one swimmer won't be accepted. All swimmers of the club will be refused to swim if we don't receive the payment from the club before 9 am on Marth 14th 2019

Réunion d'entraîneur

Il y aura une réunion des entraîneurs avec la Directrice de la rencontre et les Juge-Arbitres à 08h45 dans le gymnase. Nous demandons d'avoir un(e) entraîneur(e) par club présent(e).

There will be a coaches meeting with the Meet Manager and Referees at 08:45 in the gymnasium. We ask that one coach from each club be present.

Période d'échauffement / Warm-Up Period

-  Il y aura une piscine de 25 verges qui servira comme bassin d'échauffement et détente. Pour des raisons de sécurité, les bassins sont interdits aux enfants.
-  La période d'échauffements pour la session du matin est de 08h00 à 08h50. Il y aura 15 minutes (bassin peu profond SEULEMENT) d'échauffement pour la deuxième session dès qu'il sera disponible.
-  Un couloir par bassin (Couloir 1) est réservé pour les départs à partir de 8h00. Dans ces 2 couloirs, tous les nageurs devront alors nager dans un seul sens.
-  *There will be a 25-yard pool that will be used as a warm-up and warm-down pool. For security reasons, all pools are off-limit to children.*
-  *The warm-up period for the morning session is from 08:00 to 08:50. Before the second session, there will be a 15-minute (shallow-end ONLY) warm-up period in the competition pool as soon as the pool is free.*
-  *One lane in the shallow end (Lane 1) and one lane in the deep end (Lane 1) will be reserved for starts. In those specific lanes all swimmers will be required to swim one way only.*

IMPORTANT : Aucun saut ou plongeon n'est permis pendant l'échauffement à l'exception des couloirs désignés à cette fin. Les nageurs doivent entrer dans l'eau doucement, les pieds les premiers, ayant toujours une main sur le pont de la piscine ou le trop-plein.

IMPORTANT: Jumping and diving into the pool are not permitted during warm-up periods with the exception of those lanes designated for diving. Swimmers must enter the water cautiously, feet first while maintaining contact with the pool edge.



Plot de depart / Starting Blocks

Pour des raisons de sécurité, tous les nageurs doivent sortir par les côtés après leur course. À la fin de leur épreuve, les nageurs devront demeurer dans l'eau et attendre le départ suivant (à l'exception des séries de dos).

Les départs se feront à partir des plots de départ selon FINA FR 2.3 et SW 4.1. • ET / OU Les départs se feront du bord de la piscine ou du pont selon les règlements canadiens sur les installations CFR 2.3.1 et CSW 4.1.1. • ET / OU : Les départs dans l'eau se feront selon les règlements canadiens sur les installations CFR 2. 3. 1 et CSW 4.1.2.

For safety reasons, all swimmers must exit the pool from the side after their race. Swimmers will be asked to remain in the water until after the start of the next heat (with the exception of back heats).

The starts will be done from the blocs following the FINA rule FR 2.3 and SW 4.1. • AND / OR the starts will be done from the pool ledge or the boom following the Canadian installation facility rules CFR 2.3.1 and CSW 4.1.1. • AND / OR : The in water starts will be done following the Canadian installation facility CFR 2. 3. 1 et CSW 4.1.2.

Détails concernant le 400m libre / Details Regarding the 400m Freestyle

Nous exigerons un positive check-in avant 10h30 pour cette nage.
A positive check-in before 10:30am will be required.

Durant la rencontre / During the Meet

Les femmes nageront dans le bassin peu profond et les hommes dans le bassin profond. Tous les relais seront nagés dans le bassin profond.

Women will swim in the shallow end and men in the deep end. All relays will swim in the deep end.

Premiers soins/ First-aid

Bureau des sauveteurs / Lifeguard Office

Aire de repos et rafraichissement / Rest Area and Refreshments

Sur le bord de la piscine / On pool deck

Bouteille d'eau / Water Bottles

Nous encourageons les officiels, les bénévoles et les entraîneurs à apporter leur bouteille d'eau personnelle.

We encourage all officials, volunteers and coaches to bring their personal water bottle.



Résultats / Results

Les résultats seront disponibles sur le site de MDDO, sur l'application SplashMes et sur le site de Natation Canada. Sur les lieux, les résultats seront affichés dans le corridor menant à la piscine.

The results will be posted on the MDDO website, on the SplashMe application and on Swimming Canada. On site, they will be displayed in the corridor leading to the pool deck.

Réception/ Reception

A la fin de la compétition, tous les nageurs, entraîneurs et officiels sont invités dans la salle Agora pour célébrer la St-Patrick!

At the end of the meet, all swimmers, coaches and officials are invited in Agora room to celebrate St-Patrick.

**BONNE CHANCE !
GOOD LUCK!**

