



Invitation Provinciale 9-14 ans 23-24 avril 2022

BULLETIN TECHNIQUE

Le club de natation Hippocampe St-Hubert vous souhaite la bienvenue

DIRECTEUR DE RENCONTRE ET RESPONSABLE DES OFFICIELS

Chantal St-Pierre

450-443-3975

chantal_dan@videotron.ca

RÉUNION TECHNIQUE

Local des sauveteurs sur la plage de la piscine

Le samedi 23 avril à 9h00

RÈGLEMENTS

- Les règlements de Natation Canada et ceux de la FNQ seront en vigueur, incluant le Règlement de sécurité de la natation en bassin;
- 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;

HORAIRE DE LA RENCONTRE

- Samedi et dimanche matin : trois échauffements de 20 minutes chacun de 8h00 à 8h20, 8h20 à 8h40 et 8h40 à 9h00, début de la rencontre à 9h10 le samedi et 9h05 le dimanche.
- Samedi après-midi, il y aura trois échauffements de 20 minutes chacun de 15h00 à 15h20, 15h20 à 15h40 et de 15h40 à 16h00, début de la rencontre à 16h05.
- Dimanche après-midi, il n'y aura qu'un seul échauffement de 25 minutes soit de 13h00 à 13h25, début de la session 13h30.

PROGRAMME

Le programme pour les entraîneurs sera disponible auprès du commis de course/directeur de rencontre. Le programme pour les nageurs sera affiché sur les murs de la piscine. Un programme par club. Il n'y aura aucune vente de programme. Celui-ci sera disponible via l'application SPLASH ME. Il sera aussi affiché sur le mur donnant accès aux gradins.

FORFAITS

Pour faciliter le déroulement de la compétition, nous vous demandons de nous signaler les forfaits de vos nageurs, auprès du commis de course/directeur de rencontre, au plus tard, 30 minutes avant le début de la session.

Pour l'épreuve du 400m libre, vous devrez confirmer votre présence avant 11h00 le dimanche matin. Vous devrez surligner votre présence à la table du secrétariat, située sur le bord de la piscine.

ÉPREUVES

- Toutes les épreuves se nageront en regroupement senior mixte du plus lent au plus rapide.
- Aucune nouvelle inscription ne sera acceptée sauf pour compléter les premières séries et les frais devront être payés immédiatement.
- Les nageurs doivent demeurer dans l'eau à la fin de la course, sauf pour le dos ou si nécessaire.

ÉCHAUFFEMENT

Les procédures d'échauffement de SNC seront en vigueur durant cette rencontre. Nous prions les entraîneurs et les nageurs de respecter l'horaire établi et de respecter les règlements de sécurité en vigueur. L'attribution des couloirs se trouve à la fin du bulletin technique.

Pendant la période d'échauffement, **les nageurs doivent se glisser dans l'eau, pieds premiers.** Aucun saut, aucun plongeon. Les plongeurs seront permis pour les 10 dernières minutes de l'échauffement et la circulation dans les couloirs sera alors en sens unique. L'utilisation des palmes et palettes n'est pas permise durant l'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. **S.v.p. veuillez aviser vos nageurs.**

ÉPREUVES SURPRISES

Pour le **100m QNI**, les 6 meilleurs nageurs par catégorie et par genre, auront une 2e chance de nager l'épreuve afin d'améliorer leur temps. **La 2^e chance pour le 100m QNI se nagera la première épreuve de la session du samedi après-midi.**

La session du dimanche matin débutera avec une épreuve de **4 x 50m libre mixte**. Chaque club participant pourra présenter une équipe par catégorie d'âge. Cette épreuve est sans frais. Il est possible d'avoir un maximum de deux nageurs d'une catégorie inférieure pour compléter une équipe. Les formulaires devront être remis au plus tard samedi 16h00. Il sera possible d'apporter des modifications jusqu'à 8h15 le dimanche matin.

FRAIS

Remettre votre chèque au nom de « Club Hippocampe » au commis de course/directeur de rencontre ou payer par virement bancaire.

RÉSULTATS

Les résultats seront disponibles via l'application SPLASH ME tout au long de la rencontre. Une copie des résultats sera sur le site des compétitions de Natation Canada dans les meilleurs délais possibles. Vous pourrez aussi consulter l'affichage sur les murs.

BOURSES ET PRIX

- Une **bourse** de 25\$ sera offerte au meilleur garçon et à la meilleure fille de chacune des catégories au total des points, (1er = 7 pts, 2e = 5 pts, 3e = 4 pts, et ainsi de suite) pour chacune des sessions.
- Un nageur ne peut obtenir qu'une seule bourse. Advenant qu'un nageur ait le plus de points pour une deuxième session, le 2^e nageur ayant le plus de points lors de cette session sera alors déclaré gagnant de la bourse et ainsi de suite, si nécessaire.
- Pour chacune des sessions, il y aura tirage de prix de présence (Cartes-cadeaux de 10\$ chacune). Le nageur devra être présent pour réclamer son prix. Le tirage se fera juste avant l'épreuve 4, 8 et 13 et juste avant la 7^e série du 400m libre.

NOURRITURE

Nageurs et officiels apportez votre gourde d'eau.

Pour cette compétition, **AUCUNE** nourriture ne sera distribuée ou n'est permise sur le bord de la piscine ni dans les vestiaires. Les nageurs, vous devrez vous rendre dans le hall d'entrée (aux tables à pique-nique) si vous souhaitez prendre une collation.

Pour les officiels, dans la salle des officiels, un déjeuner sera servi et un diner pour les sessions du matin. Pour la session du samedi après-midi, vous pourrez manger une collation avant de vous rendre sur la piscine. Toute nourriture devra être consommée dans la salle des officiels (salle de patins).

SÉCURITÉ

- Les responsables de la rencontre fourniront un environnement sécuritaire et une rencontre structurée.
- Nous ne sommes pas responsables de la surveillance des athlètes entre les épreuves.
- Les entraîneurs sont responsables de la conduite de leurs nageurs et doivent connaître les procédures.
- Les sauveteurs dirigeront les procédures d'évacuation si nécessaire.

MESURES COVID

**Toute personne accédant au lieu de la compétition reconnaît être exempt de symptôme relié à la COVID (fièvre, frissons, tremblements, apparition ou l'aggravation d'une toux, difficulté à respirer – essoufflement, perte subite de l'odorat, perte de goût, mal de gorge, mal de tête, douleurs musculaires anormales, douleurs thoraciques, fatigue intense, perte importante de l'appétit, nausée ou vomissements, diarrhée ou maladie gastro-intestinale) et ne pas être soumis à des mesures d'isolement décrétées par des autorités compétentes.*

Le port du masque obligatoire pour les 10 ans et plus en tout temps à l'intérieur sauf lors de la pratique sportive et pour boire ou manger

Pendant le déroulement de la compétition, veuillez vous référer au directeur de rencontre si vous en veniez à développer des symptômes.

Les officiels et bénévoles peuvent signer le formulaire d'acceptation des risques via le lien suivant : <https://forms.office.com/r/nbaB6xDaVH>

CONSIGNES SANITAIRES

Le port du masque est obligatoire en tout temps pour tous les acteurs de 10 ans et plus (officiels, bénévoles, entraîneurs, athlètes). L'athlète peut retirer son masque derrière son couloir, avant d'entrer à l'eau pour l'échauffement et avant sa course.

ESTRADES ET SPECTATEURS

Les parents auront accès aux estrades. Le port du masque est requis en tout temps.

CODE DE BIENSÉANCE

Par **RESPECT** pour les nageurs et selon les règlements en vigueur et afin de respecter les mesures d'hygiène élémentaires, **il est interdit de porter des souliers d'extérieur ou des bottes sur le bassin de compétition.** Veuillez enlever vos souliers ou bottes d'extérieurs à l'entrée du vestiaire. De plus, nous demandons à chaque club de laisser son aire d'attente propre à la fin de la session. **Merci de collaborer au maintien de la propreté de la plage, des vestiaires et des gradins.**

BONNE COMPÉTITION À TOUTES ET À TOUS!

ÉCHAUFFEMENT – ASSIGNATION DES COULOIRS

RÉPARTITION DES COULOIRS

- Échauffement dans tous les couloirs assignés, aucun départ plongé du bord de la piscine ou des plots.
- Durant la période d'échauffement, le nageur doit se glisser dans l'eau, les pieds en premiers, de façon **sécuritaire**. **Aucun plongeon**. **Un nageur fautif sera pénalisé, il ne pourra participer à sa première épreuve de la session.**
- Départs et sprint : Les plongeurs seront permis durant les 10 dernières minutes de l'échauffement dans tous les couloirs. Pendant cette période, la circulation sera à sens unique.
- **12 nageurs maximum** par couloir.

Samedi matin, 23 avril 2022

Couloir / Lane	1	2	3	4	5	6
8h00 à 8h20	HIPPO/CAFA	HIPPO	HIPPO	ELITE	ELITE	ELITE
8h20 à 8h40	SAMAK	SAMAK	SAMAK	SAMAK	CNC	CNC
8h40 à 9h00	CNHR	MUST	MUST	MUST	MUST/CSLA	CSLA

Samedi pm, 23 avril 2022

Couloir / Lane	1	2	3	4	5	6
15h00 À 15h20	MUST	MUST	MUST	MUST	MUST	CSLA
15h20 à 15h40	CNHR/HIPPO	HIPPO	HIPPO	ELITE	ELITE	ELITE
15h40 à 16h00	CAFA/SAMAK	SAMAK	SAMAK	SAMAK	CNC	CNC

Dimanche matin, 24 avril 2022

Couloir / Lane	1	2	3	4	5	6
8h00 à 8h20	SAMAK	SAMAK	SAMAK	SAMAK	CNC	CNC
8h20 à 8h40	CNHR	MUST	MUST	MUST	CSLA	CSLA/CAFA
8h40 à 9h00	HIPPO	HIPPO	HIPPO	ELITE	ELITE	ELITE

Dimanche pm, 24 avril 2022

Couloir / Lane	1	2	3	4	5	6
13h00 à 13h25	HIPPO/CNHR	CSLA	ELITE	ELITE/CNC	SAMAK	SAMAK

L'entrée dans l'eau se fera les pieds premiers de façon sécuritaire, aucun plongeon ne sera toléré durant la période d'échauffement. Un athlète fautif sera pénalisé : il ne pourra participer à sa première épreuve de la journée.