

# GUIDE TECHNIQUE 2023-2024

## EXPLICATION DES CHANGEMENTS



### CATÉGORIES D'ÂGE

---

Les catégories d'âge qui seront appliquées dans le réseau provincial à partir de la saison 2023-2024 seront les suivantes :

- Filles :
  - o 12 ans et moins
  - o 13-14 ans
  - o 15-16 ans
  - o 17 ans et plus
- Garçons :
  - o 13 ans et moins
  - o 14-15 ans
  - o 16-17 ans
  - o 18 ans et plus

Le changement sera appliqué dans les Festival, Coupes et Championnat, et est motivé par deux raisons principales :

- Éliminer l'habituelle catégorie 15-17 ans, qui rendait le défi beaucoup trop important pour des jeunes athlètes de 15 ans qui devaient se confronter à des athlètes de 2 ans leurs aînés.
- Créer un décalage d'une année entre les garçons et les filles, qui correspond davantage à la réalité du développement physique des deux genres. Ce décalage aura pour conséquence de mieux orienter le développement des athlètes en fonction de leur rythme de maturation.

### STANDARDS DE QUALIFICATION

---

Ils ont été ajustés pour s'adapter au mieux à la réalité du moment. Dans les tableaux ci-après, les cases vertes sont les épreuves pour lesquelles les standards ont été adoucis, et les rouges représentent celles qui ont été durcies.

Suite aux ajustements de standards, une projection du nombre total d'athlètes qualifiés pour le Championnat Québécois révèle un maintien quasi identique par rapport à la saison actuelle, le nombre de nageurs qualifiés étant simplement mieux réparti entre les différentes catégories d'âge.

Âges	11 ans et moins	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans	18 ans et plus
50m Libre	100,0%	100,0%	99,0%	98,0%	97,5%	97,5%	97,5%	98,0%
100m Libre	102,0%	100,0%	99,0%	98,0%	97,5%	97,5%	97,5%	98,0%
200m Libre	102,0%	101,0%	100,0%	98,5%	98,0%	98,0%	98,0%	98,0%
400m Libre	102,0%	102,0%	100,0%	99,0%	98,5%	98,5%	98,5%	99,0%
800m Libre	102,0%	102,0%	100,0%	99,0%	99,0%	99,0%	99,0%	99,0%
1500m Libre	103,5%	102,0%	101,0%	101,0%	100,0%	100,0%	100,0%	99,0%
50m Dos	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	99,0%	99,0%	99,0%	98,5%
100m Dos	102,0%	101,0%	101,0%	100,0%	100,0%	100,0%	99,5%	99,0%
200m Dos	103,0%	102,0%	101,0%	100,0%	100,0%	100,0%	99,5%	99,0%
50m Brasse	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	99,0%	99,0%	99,0%	98,5%
100m Brasse	102,0%	102,0%	101,0%	100,0%	100,5%	100,0%	100,0%	99,0%
200m Brasse	103,0%	102,0%	101,0%	100,0%	100,5%	100,0%	100,0%	99,0%
50m Papillon	100,0%	100,0%	100,0%	99,0%	98,0%	98,5%	98,5%	98,5%
100m Papillon	102,0%	102,0%	101,0%	100,0%	100,0%	100,0%	99,5%	99,0%
200m Papillon	103,0%	102,0%	101,0%	101,0%	100,0%	100,0%	100,0%	99,0%
200m QNI	103,0%	102,0%	101,0%	101,0%	99,0%	100,0%	100,0%	99,0%
400m QNI	103,0%	102,0%	101,0%	100,0%	99,0%	99,5%	99,5%	99,5%

Âges	11 ans et moins	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans et plus
50m Libre	100,0%	100,0%	99,0%	99,0%	98,5%	98,5%	98,5%
100m Libre	102,0%	100,0%	98,5%	98,5%	98,5%	98,5%	98,5%
200m Libre	102,0%	102,0%	100,0%	100,0%	98,5%	98,5%	98,5%
400m Libre	102,0%	102,0%	100,0%	100,0%	98,5%	98,5%	98,5%
800m Libre	102,0%	102,0%	101,0%	100,0%	98,0%	98,0%	98,0%
1500m Libre	102,0%	102,0%	101,0%	100,5%	100,0%	100,0%	100,0%
50m Dos	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	99,5%	99,5%	98,5%
100m Dos	102,0%	102,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	99,5%
200m Dos	102,0%	102,0%	100,0%	100,0%	99,0%	99,0%	99,0%
50m Brasse	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	99,5%	99,5%	99,0%
100m Brasse	102,0%	102,0%	100,0%	100,0%	99,0%	99,0%	99,0%
200m Brasse	102,0%	102,0%	100,0%	99,0%	98,5%	98,0%	98,0%
50m Papillon	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	99,0%	99,0%	99,0%
100m Papillon	102,0%	102,0%	100,0%	100,0%	98,0%	98,0%	98,0%
200m Papillon	102,0%	102,0%	101,0%	101,0%	100,0%	100,0%	100,0%
200m QNI	102,0%	102,0%	100,0%	100,0%	99,0%	99,0%	99,0%
400m QNI	102,0%	102,0%	100,0%	100,0%	99,0%	99,0%	99,5%

## FINALES POUR LES JEUNES CATÉGORIES D'ÂGE

L'objectif de supprimer les finales pour les 12 ans et moins avait été d'encourager la recherche de performance sans avoir le confort d'une seconde nage, afin de mieux préparer l'athlète aux performances matinales nécessaires dans les championnats.

Or, la participation à une finale est source de stimulation, et à un âge où nombre de nageurs butinent et s'essayent à différents sports, il apparaît important de ne pas se priver d'un argument vendeur pour la natation.

À partir de septembre 2023, les nageurs 12 ans et moins pourront donc de nouveau participer à des finales.

Cependant, afin de conserver l'objectif initial de la mesure, il serait intéressant que les clubs organisateurs de compétitions introduisent des balises encadrant la participation à une finale pour ces catégories d'âge, par exemple :

- Devoir réaliser un standard pour accéder à la finale
- Devoir battre son temps d'inscription pour accéder à la finale
- Donner un bonus de points important à tous ceux qui battent leur temps d'inscription en préliminaires
- Autre ?

## FESTIVAL PAR ÉQUIPE

Après consultation de la communauté, il s'est avéré que le bilan des essais effectués durant la saison 2022-2023 était mitigé, nous avons donc décidé de proposer cette saison une formule un plus traditionnelle, avec davantage de finales et le retrait des semi-finales.

Le programme de cette année sera donc réparti sur 5 sessions, commençant le vendredi en début d'après-midi et se finissant dimanche en milieu d'après-midi. Des finales seront proposées pour les épreuves de 50m à 200m, et le 400m Libre sera nagé finale par le temps. Le 400m QNI et les épreuves de distance ne seront pas au programme.



Une réflexion a été amorcée afin de bonifier l'expérience et de répondre aux besoins sportifs des athlètes.

La 1<sup>ère</sup> coupe des Régions ne subira pas de changement majeur, au contraire de la 2<sup>ème</sup> Coupe des Régions, pour laquelle les changements suivants seront appliqués :

- Les régions seront regroupées en 4 sections différentes afin de créer un événement de plus grande envergure.
- Des standards de qualification seront établis afin de rendre le niveau de cet événement plus homogène partout dans la province.

**Pour ces changements majeurs, les associations régionales seront consultées et des réunions seront organisées en début de saison.**