



**FÉDÉRATION
DE NATATION
DU QUÉBEC**



Festival provincial développement - Est Sept-Iles, les 1-2 juin 2019

BULLETIN TECHNIQUE

COMITÉ ORGANISATEUR

Directeur de rencontre: **Stéphane Brochu** brochu.steph@outlook.com

ACCUEIL DES CLUBS

Chaque club est invité à se rendre à la table du commis de course à son arrivée pour récupérer ses programmes (listes de départ des séries préliminaires) et acquitter ses frais d'inscription. Nous vous rappelons que le chèque doit être fait au nom de **Club de natation de Sept-Iles**.

RÉUNION DES ENTRAÎNEURS –Il y aura une réunion des entraîneurs avec le directeur de rencontre et le juge-arbitre avant le début de la rencontre, samedi le 2 juin à 10h45, au local des sauveteurs. Un entraîneur par club doit s'y présenter.

PROCÉDURES D'ÉCHAUFFEMENT

Voir la procédure en annexe au bulletin technique.

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 sera pénalisé : il ne pourra participer à sa première épreuve de la session.

Le règlement CSW 2.1.6.5 sera en vigueur.

Session samedi : 11h à 12h30

Session Dimanche Matin : 9h à 10h45

Les périodes d'échauffement sont de **25 minutes pour chacun des groupes** dans le bassin de compétition. Pendant les premières 15 minutes la circulation dans tous les couloirs se fera en cercle. Lors des 10 dernières minutes, tous les couloirs «sprint » avec départ plongé autorisé et 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.



**FÉDÉRATION
DE NATATION
DU QUÉBEC**



Échauffement Samedi 10h30 à 10h55						
Couloir	1	2	3	4	5	6
10h30 à 10h55	RED	CNSI	CNSI	CPC	ABC	ABC

Échauffement Dimanche 8h30 à 8h55						
Couloir	1	2	3	4	5	6
8h30 à 8h55	RED	CNSI	CNSI	CPC	ABC	ABC

Les entraîneurs doivent s'assurer qu'il n'y a pas plus de 20 nageurs par couloir.

DÉROULEMENT DE LA COMPÉTITION (RAPPELS / MODIFICATIONS / AJUSTEMENTS)

- Toutes les épreuves se nageront par catégorie d'âge du plus lent au plus rapide.
- S'il y a une diffusion web offerte durant la compétition, veuillez en aviser les participants avant l'inscription.

Épreuve de 50m battement de jambes planche

- Départ dans l'eau, avec une main sur le mur.
- Aucun mouvement de bras n'est toléré durant l'épreuve (y compris à l'approche du mur).
- Battements de jambes avec planche.
- Le temps s'arrête quand la main touche le mur.

Relais mixtes

- Chaque nageur est limité à un relais par session
- Un club peut inscrire autant de relais qu'il le veut, tout en respectant la règle du 1 relais par session par nageur.
- Un relais mixte est normalement composé de 2 filles et 2 gars et nous encourageons les clubs à respecter le plus possible cette règle, mais dans l'objectif de faire participer le plus de nageurs possible aux relais, toutes les combinaisons de nageurs seront acceptées (2F-2G; 1F-3G; 3F-1G; 4F-0G; 0F-4G).

CONFIRMATION DE PRÉSENCE ET FORFAITS

Période de forfaits pour les épreuves individuelles en finale contre la montre : Les forfaits devront être faits au plus tard 30 minutes avant le début de la session.

ÉPREUVES DE RELAIS

Période de modification pour l'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).

Identification des relayeurs

Les membres d'une équipe de relais ainsi que l'ordre de départ doivent être envoyés en même temps que les inscriptions.



**FÉDÉRATION
DE NATATION
DU QUÉBEC**



RÉSULTATS

Les résultats seront disponibles via l'application SplashMe. Les résultats seront affichés à l'espace vitré au niveau de la piscine et à la mezzanine.

RÉCOMPENSES ET REMISES PROTOCOLAIRES

Récompenses

- Les trois premiers de chaque épreuve individuelle par groupe d'âge et de relais recevront une médaille (Or – argent – bronze)
- Une bannière sera remise à l'équipe qui démontrera la meilleure éthique sportive.
- Un minimum de 50 prix à la cloche sera remis au cours de la compétition

Prix de présence remis et annoncé par une cloche ou autre procédé à la discrétion du comité organisateur

Remises protocolaires

Les médailles seront remises aux entraîneurs à la fin de la rencontre. Vous devez venir chercher votre sac au secrétariat. Aucune médaille ne sera envoyée par la poste.

RÈGLEMENTS

Les règlements de Natation Canada (incluant les procédures d'échauffement :

<https://www.swimming.ca/content/uploads/2015/06/procedures-de-securite-pour-lechauffement-en-competition-de-natation-canada-26-septembre-2016.pdf>), de la FNQ ainsi que le règlement de sécurité de natation en bassin de la Fédération de natation du Québec seront en vigueur et s'appliquent à tous les participants.

Apporter votre gourde. Des stations de remplissage seront disponibles.



**FÉDÉRATION
DE NATATION
DU QUÉBEC**



----- **HÉBERGEMENT** -----

SVP Apporter les articles suivants :

- Tapis de sol
- Sac de couchage
- Oreiller
- Vêtements de rechange et articles d'hygiène personnelle.

REPAS

- Tout est inclus
- SVP Avertir Nancy Plante (nancy.plante@globetrotter.net) des contraintes allergies alimentaires / intolérances. Apporter votre EPIPEN.

Arrivée

Une personne sera présente vendredi en soirée pour accueillir les clubs. SVP Contacter Nancy Plante au 418-409-7647 (téléphone ou texto) pour avertir de votre arrivée. Vous pouvez appeler dès que vous atteignez la première lumière de signalisation à l'entrée de la ville.

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

Bonne compétition