



Natation



BULLETIN TECHNIQUE

Eau libre



 Desjardins
présente

 | RIMOUSKI 2023



Parc du Mont St-Mathieu
22 au 24 juillet 2023





FNQ - REPRÉSENTANTS TECHNIQUES

Francis Ménard, Directeur général (FNQ)
Marie-Christine Potvin, Coordonnatrice aux compétitions (FNQ)
Stéphanie Gagné, Coordonnatrice aux services aux membres

COMITÉ ORGANISATEUR - OFFICIELS MAJEURS

Mathis Bourbonnais, Délégué sport natation en eau libre
Stéphane Gagné, directeur de rencontre eau libre

Luc Thibault, Délégué sport en piscine
Danielle Gasse, directrice de rencontre piscine
Caroline Harrisson, responsable des officiels

Diane Lefebvre, officiel technique paranatation
Michèle Castonguay, responsable du secrétariat

Le comité organisateur vous souhaite la bienvenue à la 57^e Finale provinciale des Jeux du Québec à RIMOUSKI.

POUR LES ENTRAINEURS- Réunion disciplinaire natation en piscine et en eau libre – Mercredi 19 juillet à 19h30

En ligne via Microsoft Teams

- Réunion technique en piscine suivi de la réunion technique en eau libre
- Mercredi 19 juillet 2023 : 19h30 à 20h30
- Lien pour se joindre : [Cliquez ici pour rejoindre la réunion](#)
- ID de la réunion : 234 219 642
Code secret : J55X7X

POUR LES OFFICIEL(LE)S- Réunion disciplinaire natation en piscine et en eau libre – Vendredi 21 juillet à 17h00

- Vendredi 21 juillet 2023 : 17h00 à 18h00
- Salle FA-203 du complexe sportif Desjardins, 150 2e Rue E, Rimouski, Québec G5L 9H9

Vous recevrez un chandail d'officiel à votre arrivée lors de l'accréditation.

Formulaire d'information pour communiquer avec les entraîneurs

Nous vous demandons de remplir ce formulaire d'information des entraîneurs avant le début de la compétition afin de pouvoir vous rejoindre au besoin. 1 formulaire par Région pour la natation en piscine et en eau libre.

<https://forms.office.com/r/3LuFs6Prbu>



Normes d'opération des Jeux du Québec – NATATION

La dernière version des "Normes d'opération des Jeux du Québec RE-8 – NATATION", prévaudra en cas de divergence d'information diffusée. : <https://www.jeuxduquebec.com/wp-content/uploads/sites/3/sites/3/2022/10/Natation-Rimouski-2023.pdf>

Déroulement de la compétition

Accueil

L'accueil aura lieu au Parc du Mont St-Mathieu

Il y aura un emplacement réservé pour le marquage des nageurs, un emplacement pour les officiels/bénévoles et un emplacement réservé aux membres du comité de la santé. Les vestiaires seront sur place et sont exclusivement dédiés aux athlètes. Il est uniquement utilisé pour se changer. Les effets personnels devront être placés dans la zone réservée aux délégations.

Réunion des entraîneurs et des athlètes natation en eau libre OBLIGATOIRE

22-23-24 juillet : 9h00 À 9h15 sous le chapiteau de marquage sur le site de la compétition.

Échauffement et dénagelement

Il y aura une période d'échauffement de 30 minutes de 9h15 à 9h45 chaque jour. Une période d'échauffement est prévue pour les filles durant l'épreuve de 5km des garçons. Tous les détails seront communiqués aux entraîneurs.

Il y aura une période de dénagelement de 15 minutes prévue à la fin de toutes les épreuves de la journée, avant la remise des médailles.

Règles générales aux nageurs pour les courses

Les nageurs seront appelés et présentés avant leur course.

Les nageurs devront passer toutes les bouées par l'épaule gauche. Il y aura 3 bouées à contourner.

Aucun ravitaillement ne sera permis durant les courses.

Les nageurs ne devront pas toucher au quai ou autres embarcations; ils pourront nager sur place ou être debout sur le fond si la profondeur le permet, mais ne pourront marcher ou se donner un élan vers l'avant si leurs pieds touchent le fond.

Il est interdit d'obstruer un autre participant. Les nageurs devront éviter d'être en contact; l'esprit sportif et la courtoisie seront de mise.

Un nageur qui abandonne sa course devra se rapporter immédiatement à l'officiel ou au sauveteur le plus près. Une embarcation offrira de l'aide.



Juges de virages

Des juges de virage seront en poste à tous les virages. Ces officiels auront un sifflet afin d'aviser un nageur qui passe tout droit à un virage ou qui aurait manqué sa bouée de reprendre son virage si cela est possible.

Il demeure de la responsabilité du nageur de bien faire ses contournements de bouée et de compter ses tours.

Numéros des nageurs et casques

Le choix du numéro de chaque nageur sera effectué la semaine précédente de la course par un officiel par tirage au hasard.

Un casque de bain numéroté sera fourni et devra être porté par chacun des nageurs, avec une couleur différente pour les filles et pour les garçons.

Le nageur conservera son numéro et son casque de bain numéroté pour les épreuves de 2 km et de 5 km. Les garçons seront numérotés de 1 à 27 et les filles de 51 à 83.

Pour les épreuves de relais, les nageurs conserveront leur numéro et porteront les casques aux couleurs de leur région.

Quai d'arrivée

Le quai d'arrivée sera réservé exclusivement aux officiels en fonction.

INFORMATIONS TECHNIQUES PARTICULIÈRES AU 2 KM ET AU 5 KM

2 km : 4 boucles de 500m

5km : 10 boucles de 500m

Le nageur conservera son numéro et casque de bain numéroté pour les épreuves de 2 km et 5 km.

Les nageurs devront se présenter 10 minutes avant le départ au point de rassemblement des départs.

Le choix des assignations des nageurs pour le 2 km sera effectué selon la suite des numéros du tirage au hasard pour leur numérotation.

Le choix des assignations des nageurs pour le 5 km sera effectué selon les résultats des temps du 2 km. Les nageurs seront placés sur la ligne de départ selon le modèle d'assignation en piscine avec le nageur le plus rapide au centre de la vague.

Il y aura une vague de garçons et une vague de filles.

INFORMATIONS TECHNIQUES PARTICULIÈRES AU 2 X 500 MÈTRES

Pour les épreuves de relais, les nageurs conserveront leur numéro et porteront les casques aux couleurs de leur région.

Les nageurs devront se présenter 10 minutes avant le départ au point de rassemblement des départs.

Il y aura une vague de garçons, une vague de filles et une vague mixte.



Le choix des assignations des équipes de nageurs de la vague des garçons et de la vague des filles pour le 2 X 500 mètres sera effectué au hasard par un officiel.

(Le premier relais au tirage sera placé le 1^{er} du côté est et vers le côté ouest par la suite)

Les prises de relais se feront à la corde de départ.

Les régions auront jusqu'à 18h00 lors des finales du samedi soir en piscine pour faire les changements de nageurs ou ordre de nageurs pour les épreuves de relais en eau libre du dimanche matin (veuillez remettre vos feuilles au bureau de l'administration- ancien commis de course).

AUTRES INFORMATIONS NATATION EN EAU LIBRE

Les nageurs devront être présents à la réunion des entraîneurs avant chaque course.

Nous demandons aux entraîneurs d'avertir le commis de course le plus tôt possible si forfait.

Les règlements en eau libre de Natation Canada seront appliqués.

Il y aura des sauveteurs sur le plan d'eau dans diverses embarcations.

IMPORTANT : En cas de besoin le nageur DOIT, si possible, lever un bras pour obtenir de l'aide.

En cas d'orage ou d'intempéries, les procédures d'évacuation de plage seront appliquées.

S'il doit y avoir un report, celui-ci aura lieu au courant de la journée, et ce jusqu'au coucher du soleil, si possible. Toute autre situation sera évaluée par le comité de direction, y compris nager en piscine, si la qualité de l'eau n'est pas adéquate. La distance du 5km sera réduite à 3km si l'épreuve doit être reprise en piscine.

Aucun résultat ne sera affiché sur le site de la compétition le jour même.

DOUCHES : Après chacune des sessions, les athlètes seront transportés à l'école de l'Oiseau-chanteur, située à proximité, pour prendre leur douche avant de repartir vers Rimouski.

NATATION EN EAU LIBRE

Épreuves 102 et 101 – 2km:	Samedi le 22 juillet	10h00 à 11h30
Épreuves 103 à 105 – 2 x 500m :	Dimanche le 23 juillet	10h00 à 11h30
Épreuves 107 et 106 – 5km:	Lundi le 24 juillet	10h00 à 11h30 (5km Hommes) 11h45 à 13h15 (5km Femmes)

Horaire et résultats détaillés disponible sur l'application SplashMe : <https://live.swimrankings.net/38967/>



HORAIRE



Finale provinciale des Jeux du Québec - Rimouski
Natation
Rimouski, 22-25 juillet 2023



Horaire session n° 3 - Jour 1 - Session 3 - Eau libre

2023-07-22 - 10:00

Echauffement: 9:15 à 9:45

Séance des chefs d'équipes: 9:00

8:45	Marquage des nageurs					0:15	
10:00	102. 2000m Libre	Garçons	Finale directe	15 - 17			27
10:40	101. 2000m Libre	Filles	Finale directe	14 - 16			33
11:30	Période de dénageement					0:15	
11:45	Remise des médailles					0:15	
12:00	Fin de session			Durée totale		2:00	

Horaire session n° 7 - Jour 2 - Session 7 - Eau libre

2023-07-23 - 10:00

Echauffement: 9:15 à 9:45

Séance des chefs d'équipes: 9:00

8:45	Marquage des nageurs					0:15	
10:00	103. 2 x 500m Libre	Filles	Finale directe	14 - 16			14
10:20	104. 2 x 500m Libre	Garçons	Finale directe	15 - 17			11
	Pause						
10:55	105. 2 x 500m Libre	Mixte	Finale directe	14 - 17			27
11:30	Période de dénageement					0:15	
11:45	Remise des médailles					0:20	
12:05	Fin de session			Durée totale		2:05	

Horaire session n° 11 - Jour 3 - Session 11 - Eau libre

2023-07-24 - 10:00

Echauffement: 9:15 à 9:45

Séance des chefs d'équipes: 9:00

8:45	Marquage des nageurs					0:15	
10:00	107. 5000m Libre	Garçons	Finale directe	15 - 17			27
11:45	106. 5000m Libre	Filles	Finale directe	14 - 16			33
13:15	Période de dénageement					0:15	
13:30	Remise des médailles					0:15	
13:45	Fin de session			Durée totale		3:45	



Premiers soins et services de sécurité

Un service de sécurité et de premiers soins sera sur place.

Ne pas apporter d'argent ou d'objets précieux (montre, bijoux, téléphone, etc.) à la plage, car les effets personnels seront gardés dans la zone réservée aux délégations. Nous ne sommes pas responsables des vols qui pourraient survenir.

En cas d'urgence

Le plan d'urgence sera celui appliqué par les sauveteurs autant en bassin qu'en eau libre.

Résultats

Aucun résultat ne sera affiché sur le site de la compétition le jour même.

Les résultats seront affichés dès que possible sur le site internet de la Fédération de natation du Québec www.fng.ca, sur l'application SplashMe et sur le site officiel des Jeux du Québec <http://resultats.jeuxduquebec.com/fr/index.html>.

Pointage natation en eau libre

Pointage pour les 38 meilleurs nageurs dans les épreuves finales par le temps :

68-59-54-51-48-45-42-39-35-32-30-28-26-25-24-23-22-21-20-19-18-17-16-15-14-13-12-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1

Pointage pour les épreuves où il y aurait 20 nageurs et moins d'une épreuve individuelle ou 20 équipes de relais et moins.

20 nageurs ou 20 relais : 68-59-54-51-48-45-42-39-35-32-30-28-26-25-24-23-22-21-20-19

19 nageurs ou 19 relais : 68-59-54-51-48-45-42-39-35-32-30-28-26-25-24-23-22-21-20

18 nageurs ou 18 relais : 68-59-54-51-48-45-42-39-35-32-30-28-26-25-24-23-22-21

17 nageurs ou 17 relais : 68-59-54-51-48-45-42-39-35-32-30-28-26-25-24-23-22

16 nageurs ou 16 relais : 68-59-54-51-48-45-42-39-35-32-30-28-26-25-24-23

15 nageurs ou 15 relais : 68-59-54-51-48-45-42-39-35-32-30-28-26-25-24

14 nageurs ou 14 relais : 68-59-54-51-48-45-42-39-35-32-30-28-26-25

13 nageurs ou 13 relais : 68-59-54-51-48-45-42-39-35-32-30-28-26

12 nageurs ou 12 relais : 68-59-54-51-48-45-42-39-35-32-30-28

11 nageurs ou 11 relais : 59-54-51-48-45-42-39-35-32-30-28

10 nageurs ou 10 relais : 54-51-48-45-42-39-35-32-30-28

9 nageurs ou 9 relais : 51-48-45-42-39-35-32-30-28

8 nageurs ou 8 relais : 48-45-42-39-35-32-30-28

7 nageurs ou 7 relais : 45-42-39-35-32-30-28

6 nageurs ou 6 relais : 42-39-35-32-30-28

5 nageurs ou 5 relais : 39-35-32-30-28

4 nageurs ou 4 relais : 35-32-30-28

3 nageurs ou 3 relais : 32-30-28

2 nageurs ou 2 relais : 30-28

1 nageur ou 1 relais : 28

Le nageur qui déclare forfait ou qui ne se présente pas au départ ou qui ne termine pas son épreuve selon les règles n'a pas de point.



SYSTÈME DE CLASSEMENT

Le classement natation est le total des points accumulés par les nageurs génériques, paraneurs et nageurs en eau libre.

Remise de médailles

Il y aura remise de médailles sur place. Samedi le 22 juillet : 11h45 - Dimanche le 23 juillet : 11h45 - Lundi le 24 juillet : 13h30

Tous les médaillés doivent se présenter à la cérémonie protocolaire avec leur tenue de région remise par Sport-Québec.

Récompenses et protocole

Bannières : Une bannière sera remise à l'équipe ayant démontré le meilleur esprit sportif selon les critères de Sports Québec. Nous demandons à chaque région de remettre leur choix de l'esprit sportif (voir formulaire en annexe) au plus tard le lundi 24 juillet avant 16h30. La FNQ est responsable de recommander un choix à Sports Québec.

Une bannière sera remise à l'équipe qui aura accumulé le plus de points au classement par équipe pour les épreuves en piscine et en eau libre. Le classement en natation est le total des points accumulés pour les épreuves 1 à 36 et 101 à 107.

Toutes les bannières seront remises lors des cérémonies protocolaires prévues par Sports Québec et le COJQ/COS.

Parade des équipes des régions: Il y aura une parade des régions lors de la session des finales du mardi 25 juillet, entre la session des préliminaires et des finales au Complexe sportif Desjardins. La parade est prévue de débuter à 10h50 et de se terminer 11h20.

- Les athlètes d'eau libre pourront se joindre à cette parade.



Esprit sportif - NATATION

DOIT ÊTRE REMIS AU COMMIS DE COURSE - LUNDI LE 24 juillet AVANT 16h30

Nom de la délégation que vous choisissez :

Description des faits entourant l'esprit sportif de la région que vous suggérez:

Votre région : _____ **Nom du responsable pour la région :** _____

CHARTRE DE L'ESPRIT SPORTIF (juillet 2005)

Les éducateurs, les parents, les entraîneurs, les athlètes, en fait tous les participants sont invités à faire preuve d'esprit sportif en mettant en pratique les dix articles de la Charte de l'esprit sportif. Chacun doit contribuer à promouvoir une pratique sportive plus humaine et plus formatrice.

ARTICLE I

Faire preuve d'esprit sportif, c'est d'abord et avant tout observer strictement tous les règlements; c'est ne jamais chercher à commettre délibérément une faute.

ARTICLE II

Faire preuve d'esprit sportif, c'est respecter l'officiel. La présence d'officiels ou d'arbitres s'avère essentielle à la tenue de toute compétition. L'officiel a un rôle difficile à jouer. Il mérite entièrement le respect de tous.

ARTICLE III

Faire preuve d'esprit sportif, c'est accepter toutes les décisions de l'arbitre sans jamais mettre en doute son intégrité.

ARTICLE IV

Faire preuve d'esprit sportif, c'est accepter la victoire avec modestie et sans ridiculiser son adversaire.

ARTICLE V

Faire preuve d'esprit sportif, c'est savoir reconnaître les bons coups et les bonnes performances de l'adversaire et reconnaître dignement sa supériorité dans la défaite.

ARTICLE VI

Faire preuve d'esprit sportif, c'est vouloir se mesurer à un opposant dans l'équité. C'est compter sur son seul talent et ses habiletés pour tenter d'obtenir la victoire.

ARTICLE VII

Faire preuve d'esprit sportif, c'est donner sa pleine mesure, persévérer dans l'effort et démontrer une saine compétitivité par un désir de vaincre dans le respect des règles, de l'adversaire et de soi-même.

ARTICLE VIII

Faire preuve d'esprit sportif, c'est refuser de gagner par des moyens illégaux et par la tricherie.

ARTICLE IX

Faire preuve d'esprit sportif, pour l'officiel, c'est bien connaître tous les règlements et les appliquer avec impartialité.

ARTICLE X

Faire preuve d'esprit sportif, c'est garder sa dignité en toutes circonstances; c'est démontrer que l'on a la maîtrise de soi. C'est refuser que la violence physique ou verbale prenne le dessus sur nous.

Extrait du document PF8.1 Promotion de l'esprit sportif, version Avril 2014 - Politiques relatives à la Finale des Jeux du Québec http://www.jeuxduquebec.com/Normes_doperation-fr-29.php