

Le Club de Natation région de Québec (CNQ) présente

La Manche 4 du Circuit Coupe du Québec des maîtres nageurs

Piscine Lucien Flamand

École Wilbrod Bhérer

Samedi 1er février 2020

Bulletin Technique

Directeur de rencontre durant la compétition

Annick Meunier

Tell. : 418-656-5837

Accueil des clubs / nageurs

Chaque club / nageur est invité à se présenter au secrétariat à son arrivée afin de récupérer le programme et acquitter les frais d'inscriptions. SVP émettre les chèques au nom du Club de Natation Région de Québec (CNQ). L'argent comptant sera également accepté, toutefois veuillez-vous assurer d'avoir le montant exact.

Déroulement des épreuves

Toutes les épreuves se nagent mixtes du plus lent au plus rapide.

Forfaits relais et temps officiels

Le formulaire de forfait devra être utilisé. Les formulaires sont disponibles au secrétariat. Nous demandons aux entraîneurs de bien vouloir remplir un formulaire distinct pour chaque forfait et de respecter les délais fixés dans l'invitation. Toute demande de temps officiel devra être présentée par écrit au secrétariat au moins trente (30) minutes avant le début de la session. Pour les relais, nous vous demandons de confirmer les participants le plus rapidement possible.

Échauffement

Samedi: de 12h30 à 12h55

Afin d'assurer le respect des règlements de sécurité, des modalités de partage du temps d'échauffement, c'est à dire d'une période ouverte d'échauffement de 25 minutes. Nous demandons aux entraîneurs/nageurs de limiter le nombre de nageurs par couloir à environ 25.

Un corridor pourra être réservé aux départs 15 minutes avant la fin de l'échauffement.

Résultats

Les résultats en direct sur l'application SplashMe puis seront disponibles sur notre site web: <https://www.cnq.club> . Ils seront également affichés dans les escaliers menant aux gradins et sur le bord de la piscine.

Sécurité

Le comité organisateur et la ville de Québec demandent aux entraîneurs d'aviser les nageurs de limiter la nourriture aux abords du bassin et de faire preuve d'une propreté à toute épreuve en utilisant les poubelles. Aucun contenant de verre ne sera toléré sur le bord de la piscine.

Pour éviter les vols dans les vestiaires, aviser vos nageurs d'avoir un bon cadenas et de ne pas laisser d'objets sans surveillance. En cas d'accidents, se présenter aux sauveteurs.

Divers

Aucune eau embouteillée ne sera fournie durant la rencontre. Vous devez apporter votre bouteille personnelle que vous pourrez remplir aux fontaines disponibles autour de la piscine.

Aucun programme ne sera vendu. La compétition sera déposée sur Splash Me le mercredi précédant la compétition. Le programme complet sera transmis aux clubs participants.

Premiers soins

En cas d'accidents, se présenter aux sauveteurs. Il y aura des sauveteurs sur les lieux pour tous les problèmes qui pourraient survenir.

Règlements

La compétition est sanctionnée par la Fédération de natation du Québec (34519).

Le règlement des maîtres nageurs de la Fédération Internationale de Natation (FINA) (<https://www.fina.org/content/fina-rules-regulations>), le règlement de sécurité en bassin de la FNQ (<https://www.fnq.qc.ca/disciplines/disciplines-reglements/>) ainsi que la procédure de sécurité pour les échauffements en compétition de natation de Natation Canada (<https://www.swimming.ca/fr/ressources/officiels/reglements-et-formulaires/procedures-de-securite-pour-lechauffement-en-competition/>) seront en vigueur.

Bonne chance à tous et merci de votre collaboration!

Programme / PROGRAM

SAMEDI / SATURDAY		
Échauffement: 12h30 / Warm-up: 12h30		Début: 13h00 / Start: 13h00
# Femmes / Women	Épreuves	# Hommes / Men
1	200m Libre / Free	2
3	100m Brasse / Breast	4
5	50m Libre / Free	6
7	400m QNI / IM	8
9	200m Dos / Back	10
11	100m Papillon / Fly	12
13	100m Libre / Free	14
15	200m Brasse / Breast	16
17	4 x 100m Libre / Free Mixte	17

Toutes les épreuves seront nagées finales par le temps, du plus lent au plus rapide.

All events will be swum as timed finals, from the slowest to the quickest.