



STRUCTURE COMPÉTITIVE 2024 +

Présentation du 30 avril 2024



**FÉDÉRATION
DE NATATION
DU QUÉBEC**

INTRODUCTION

DÉMARCHE

Révision de la structure compétitive

- La nécessité d'apporter des ajustements afin de répondre au mieux à la réalité du terrain, au contexte changeant, et à nos ambitions
- Le changement de structure compétitive imposé par Natation Canada:
 - Suppression des Championnats Canadiens de l'est
 - Changement de date des Essais Canadiens
 - Championnat d'été en bassin de 25m

Orientation choisie

- Réflexion en profondeur de la structure actuelle, afin d'apporter les changements qui seront les plus profitables pour la communauté.

Influences

- Observations et constats
- Échanges avec la communauté
- Sondage d'opinion
- Comité Compétition
- Rapport scientifique de *Très Bon Point*

INTRODUCTION

LES PRINCIPALES ORIENTATIONS

- 1 -

Redéfinir le cadre pédagogique

- Clarifier les objectifs de chaque catégorie d'athlète
- Clarifier les objectifs de chaque événement
- Clarifier le chemin de progression des athlètes

- 2 -

Améliorer et optimiser l'expérience

- Dans un événement
- Tout au long de la saison
- Pour tous les acteurs

- 3 -

S'adapter à l'évolution du contexte

- Pénurie d'entraîneur(e)s
- Coûts des déplacements
- Anxiété de la course aux standards
- Orientations de Natation Canada
- Difficulté de fonctionnement des Coupes des Régions

- 4 -

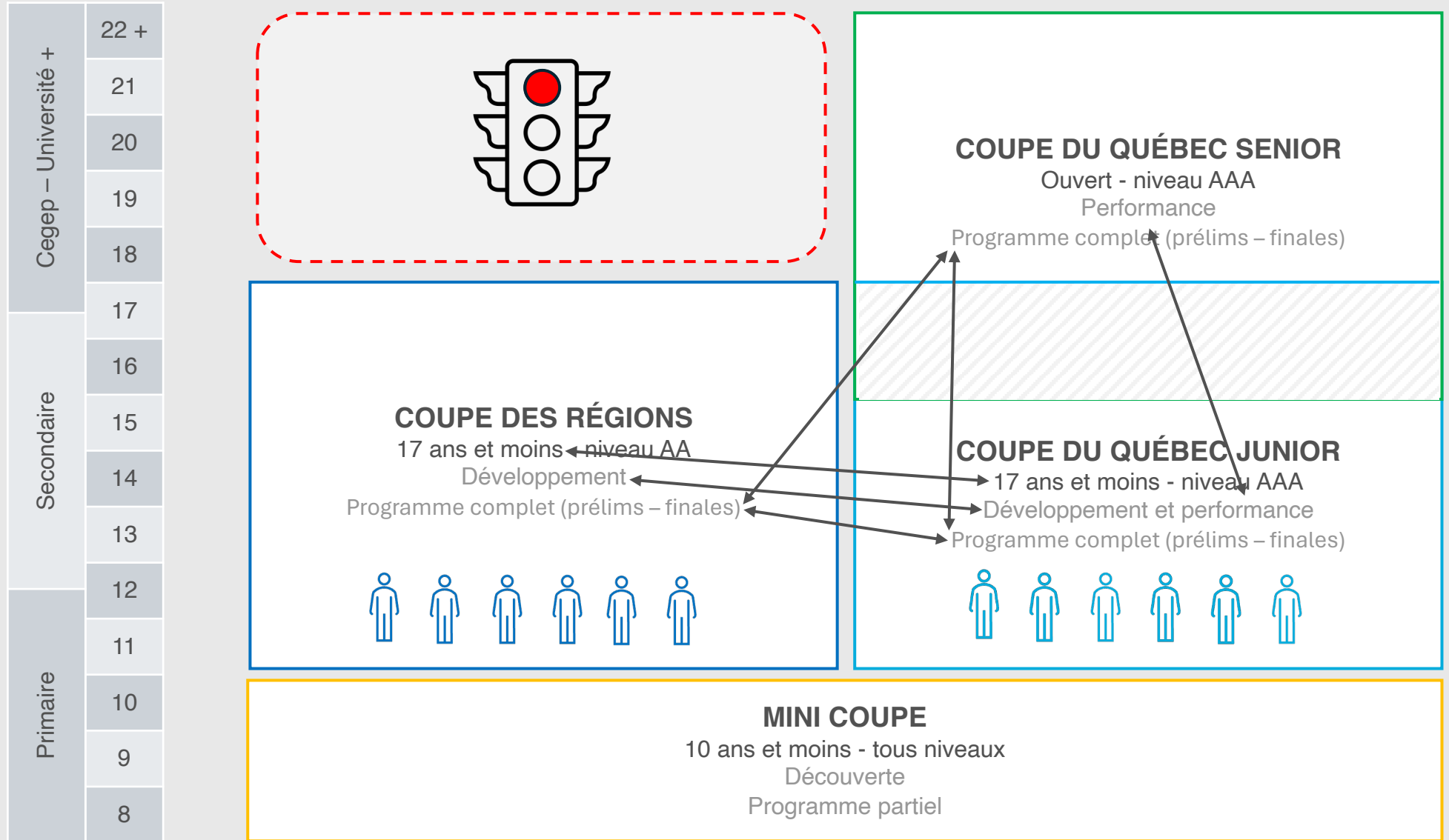
Moderniser la structure selon les recommandations scientifiques

- Être un moteur de changement pour que les bonnes pratiques puissent rayonner

1 – REDÉFINIR LE CADRE PÉDAGOGIQUE



REDÉFINIR LE CADRE PÉDAGOGIQUE



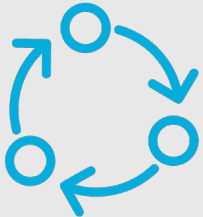
AA

REDÉFINIR LE CADRE PÉDAGOGIQUE



- **Constats:**

- Manque de clarté quant au chemin de développement des athlètes
- Les formats de compétition sont très similaires entre les Coupes des Régions, Coupe du Québec Junior et Coupe du Québec Senior.
- L'intérêt pédagogique des différentes compétitions n'est pas clair
- Pas d'offre de service de la FNQ pour les 17 ans et plus de niveau AA

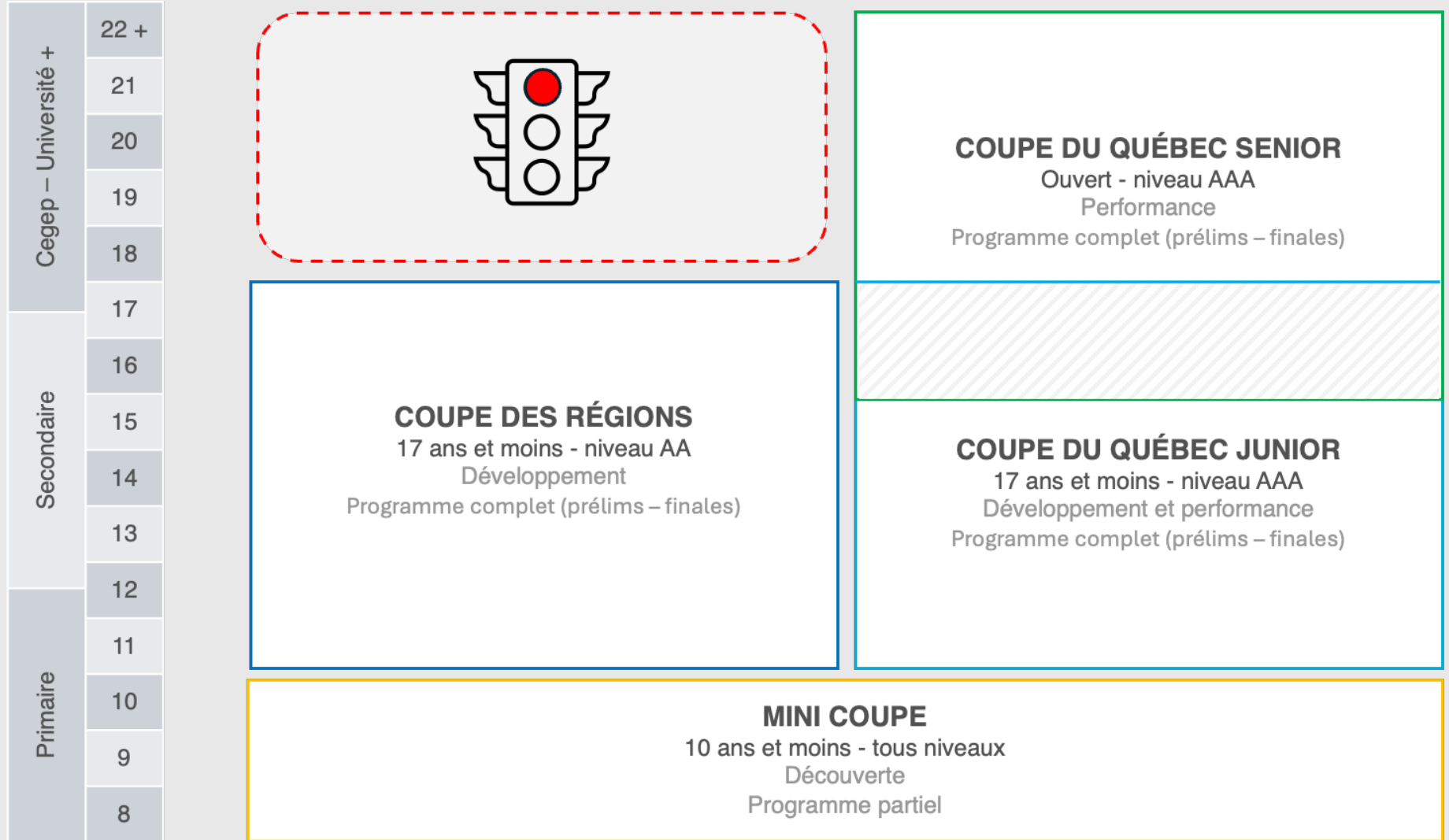


- **Conséquences**

- Difficile de déterminer le meilleur choix de compétition pour un athlète tant les formats sont similaires et l'expérience vécue y est semblable.
- Un même athlète peut être compétitionner dans le réseau Coupe des Régions, Coupe du Québec Junior, Coupe du Québec Senior.
- Il n'y a pas d'évolution de l'expérience vécue au fur et à mesure que l'athlète évolue
- Décrochage de nombreux athlètes 17 ans et plus

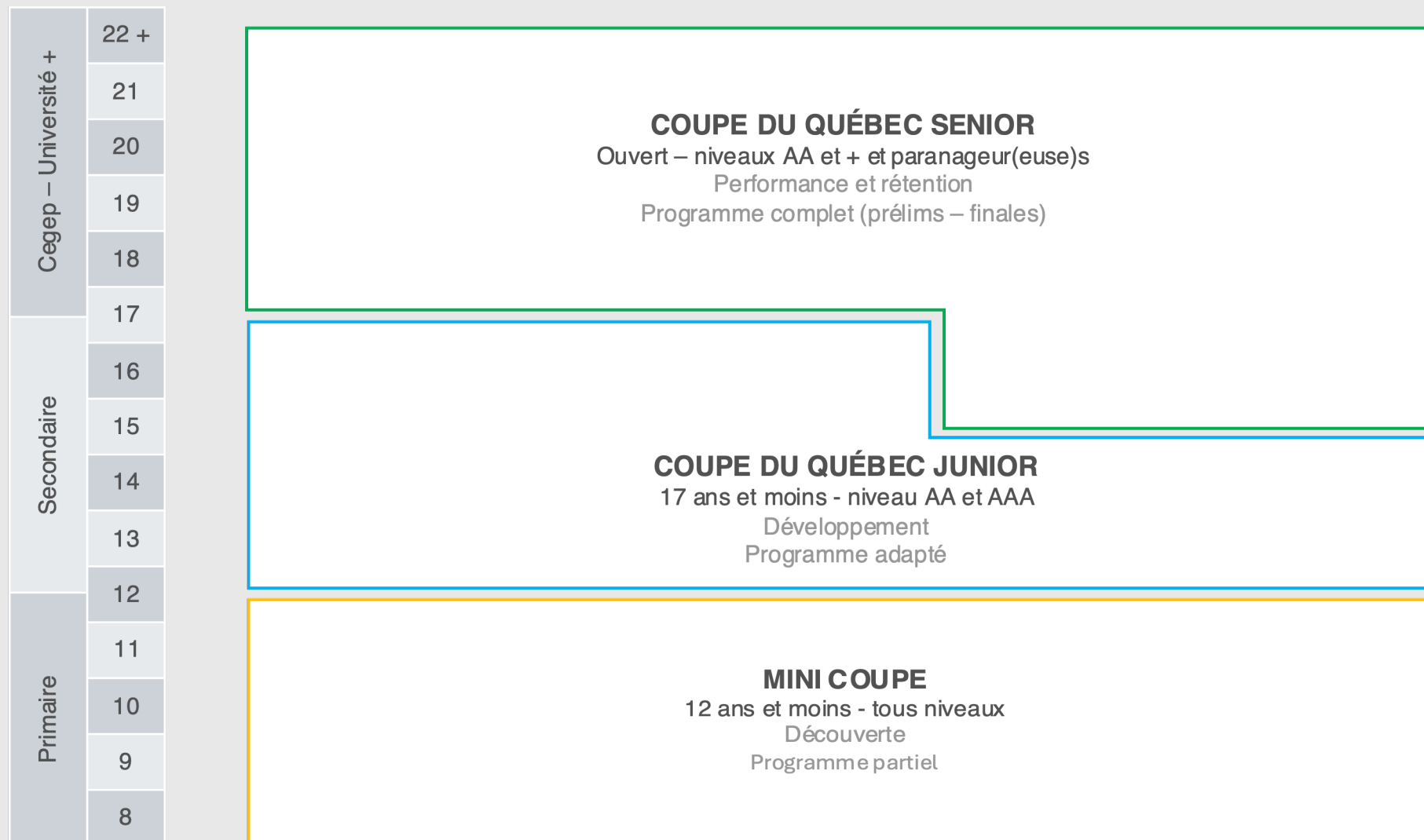
REDÉFINIR LE CADRE PÉDAGOGIQUE

STRUCTURE 2020-2024

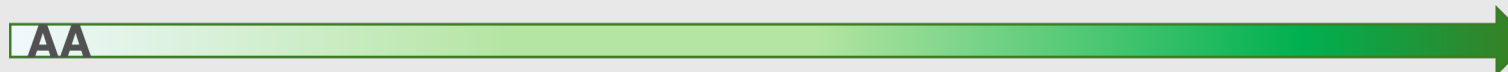


REDÉFINIR LE CADRE PÉDAGOGIQUE

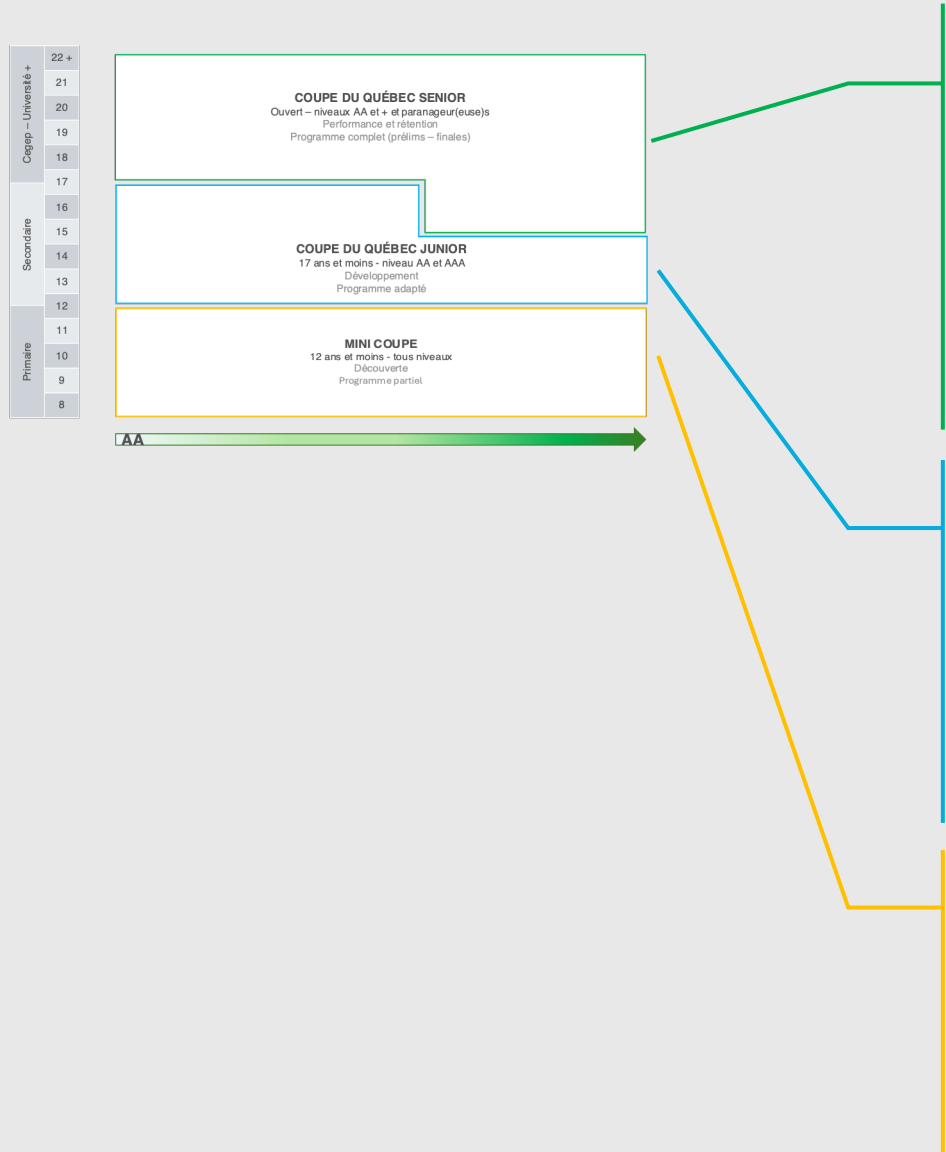
STRUCTURE 2024-2028



AA



REDÉFINIR LE CADRE PÉDAGOGIQUE



Coupe du Québec Senior

- Ouvert
- Cégep et +
- Athlètes Junior performants
- Paranaotation
- Rétention et performance
- 2 événements annuels → championnat Canadien

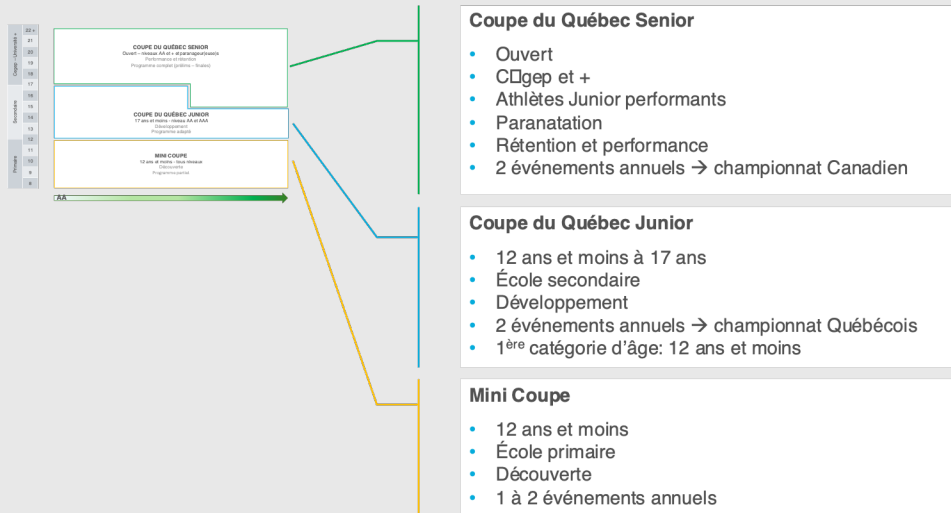
Coupe du Québec Junior

- 12 ans et moins à 17 ans
- École secondaire
- Développement
- 2 événements annuels → championnat Québécois
- 1^{ère} catégorie d'âge: 12 ans et moins

Mini Coupe

- 12 ans et moins
- École primaire
- Découverte
- 1 à 2 événements annuels

REDÉFINIR LE CADRE PÉDAGOGIQUE



- Quelle motivation pour chaque catégorie d'athlète ?
- Quel objectif de saison ?
- Quelle cohérence trouver dans le calendrier annuel ?
- **Quels besoins selon les contextes de pratique ?**

REDÉFINIR LE CADRE PÉDAGOGIQUE

1^{er} besoin Performance sur la scène canadienne

- Besoin d'un calendrier qui soit cohérent avec la réalité de l'échelon national
- La préparation aux événements nationaux a été laissée à la discrétion de chaque Province par Natation Canada
- L'Omnium Canadien ne peut pas être considéré comme une « répétition générale » avant les Essais, en raison de l'espacement des deux événements (généralement 7 à 8 semaines d'écart)



1^{ère} mesure – Le Championnat Québécois sera l'événement de préparation pour les Essais


- Il pourra également servir de « dernière chance » de qualification

REDÉFINIR LE CADRE PÉDAGOGIQUE

CALENDRIER PRÉLIMINAIRE

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
07 - 08.sept.24	14 - 15.sept.24	21 - 22.sept.24	28 - 29.sept.24	05 - 06.oct.24	12 - 13.oct.24	19 - 20.oct.24	26 - 27.oct.24	02 - 03.nov.24	09 - 10.nov.24	16 - 17.nov.24	23 - 24.nov.24	30 - 01.déc.24	07 - 08.déc.24	14 - 15.déc.24	21 - 22.déc.24	28 - 29.déc.24

18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34
04 - 05.janv.25	11 - 12.janv.25	18 - 19.janv.25	25 - 26.janv.25	01 - 02.févr.25	08 - 09.févr.25	15 - 16.févr.25	22 - 23.févr.25	01 - 02.mars.25	08 - 09.mars.25	15 - 16.mars.25	22 - 23.mars.25	29 - 30.mars.25	05 - 06.avr.25	12 - 13.avr.25	19 - 20.avr.25	26 - 27.avr.25
														OMNIUM		

35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52
03 - 04.mai.25	10 - 11.mai.25	17 - 18.mai.25	24 - 25.mai.25	31 - 01.juin.25	07 - 08.juin.25	14 - 15.juin.25	21 - 22.juin.25	28 - 29.juin.25	05 - 06.juill.25	12 - 13.juill.25	19 - 20.juill.25	26 - 27.juill.25	02 - 03.août.25	09 - 10.août.25	16 - 17.août.25	23 - 24.août.25	30 - 31.août.25
						ESSAIS								NAT 25m			

REDÉFINIR LE CADRE PÉDAGOGIQUE

CHAMPIONNAT QUÉBÉCOIS



- Public ciblé:
 - Athlètes juniors et seniors de niveau **AAA** et plus
 - Objectif principal : préparation aux Essais Canadiens
- Compétition de 4,5 jours
- Bassin de 50m intérieur – 10 corridors
- 1x par an
- Finale A par catégorie d'âge
- Un standard de qualification unique – 6 épreuves individuelles possibles pour tout athlète qualifié

REDÉFINIR LE CADRE PÉDAGOGIQUE

2^{ème} besoin **Besoin de stimulation et d'objectif fédérateur**

- Le « haut de la pyramide » aura eu des événements de performance en cours de saison, avec l'Omnium, les Essais et le Championnat Québécois.
- Ces mêmes athlètes, accompagnés des autres 80%, pourront avoir un autre événement fédérateur comme objectif de fin de saison, dans lequel stimulation et performance pourront enfin cohabiter.



2^{ème} mesure – **Le Festival Par Équipes sera l'événement de fin d'année pour une grande majorité de nos athlètes**

REDÉFINIR LE CADRE PÉDAGOGIQUE

CALENDRIER PRÉLIMINAIRE

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
07 - 08.sept.24	14 - 15.sept.24	21 - 22.sept.24	28 - 29.sept.24	05 - 06.oct.24	12 - 13.oct.24	19 - 20.oct.24	26 - 27.oct.24	02 - 03.nov.24	09 - 10.nov.24	16 - 17.nov.24	23 - 24.nov.24	30 - 01.déc.24	07 - 08.déc.24	14 - 15.déc.24	21 - 22.déc.24	28 - 29.déc.24

18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34
04 - 05.janv.25	11 - 12.janv.25	18 - 19.janv.25	25 - 26.janv.25	01 - 02.févr.25	08 - 09.févr.25	15 - 16.févr.25	22 - 23.févr.25	01 - 02.mars.25	08 - 09.mars.25	15 - 16.mars.25	22 - 23.mars.25	29 - 30.mars.25	05 - 06.avr.25	12 - 13.avr.25	19 - 20.avr.25	26 - 27.avr.25

35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52
03 - 04.mai.25	10 - 11.mai.25	17 - 18.mai.25	24 - 25.mai.25	31 - 01.juin.25	07 - 08.juin.25	14 - 15.juin.25	21 - 22.juin.25	28 - 29.juin.25	05 - 06.juill.25	12 - 13.juill.25	19 - 20.juill.25	26 - 27.juill.25	02 - 03.août.25	09 - 10.août.25	16 - 17.août.25	23 - 24.août.25	30 - 31.août.25
																	

REDÉFINIR LE CADRE PÉDAGOGIQUE

FESTIVAL PAR ÉQUIPES



FESTIVAL PAR ÉQUIPES



- Public ciblé:
 - Athlètes 11 ans et plus, de tous niveaux
- Compétition de 3,5 jours
- Bassin de 25m
- 1x par an
- Les sections de Juin 2025 seront celles qui ont été consécutives au dernier Festival Par Équipe (automne 2023)
- Événement qui deviendra l'objectif compétitif principal d'une grande partie de nos athlètes, où pour la première fois les mots « fête » et « performance » pourront cohabiter.

REDÉFINIR LE CADRE PÉDAGOGIQUE



3^{ème} besoin

Pallier l'absence d'événement estival pour les athlètes Junior

- Les Championnats Canadiens Junior ont été retirés du programme par Natation Canada, afin de laisser la place aux provinces d'organiser un événement à portée locale.
- Une portée « locale » ne correspond pas vraiment aux besoins des athlètes Junior qui n'auront pas d'événement intermédiaire entre un événement local et un Championnat Canadien senior.
- Consensus des principales provinces Canadiennes sur le fait que le Parc Jean Drapeau est un endroit fédérateur



3^{ème} mesure – La FNQ va prendre en charge la tenue d'un événement de portée nationale / internationale au Parc Jean Drapeau.

- Une invitation, et non un championnat: participation à la discrétion de chacun
- Influences: invitation NBAC, et Championnat Canadien Groupe d'Âge des années 2010 avec 1200 participants

REDÉFINIR LE CADRE PÉDAGOGIQUE

CALENDRIER PRÉLIMINAIRE

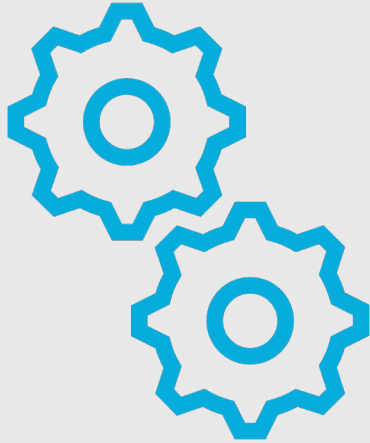
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
07 - 08.sept.24	14 - 15.sept.24	21 - 22.sept.24	28 - 29.sept.24	05 - 06.oct.24	12 - 13.oct.24	19 - 20.oct.24	26 - 27.oct.24	02 - 03.nov.24	09 - 10.nov.24	16 - 17.nov.24	23 - 24.nov.24	30 - 01.déc.24	07 - 08.déc.24	14 - 15.déc.24	21 - 22.déc.24	28 - 29.déc.24

18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34
04 - 05.janv.25	11 - 12.janv.25	18 - 19.janv.25	25 - 26.janv.25	01 - 02.févr.25	08 - 09.févr.25	15 - 16.févr.25	22 - 23.févr.25	01 - 02.mars.25	08 - 09.mars.25	15 - 16.mars.25	22 - 23.mars.25	29 - 30.mars.25	05 - 06.avr.25	12 - 13.avr.25	19 - 20.avr.25	26 - 27.avr.25

35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52
03 - 04.mai.25	10 - 11.mai.25	17 - 18.mai.25	24 - 25.mai.25	31 - 01.juin.25	07 - 08.juin.25	14 - 15.juin.25	21 - 22.juin.25	28 - 29.juin.25	05 - 06.juill.25	12 - 13.juill.25	19 - 20.juill.25	26 - 27.juill.25	02 - 03.août.25	09 - 10.août.25	16 - 17.août.25	23 - 24.août.25	30 - 31.août.25
																	

REDÉFINIR LE CADRE PÉDAGOGIQUE

INVITATION INTERNATIONALE D'ÉTÉ



- Public ciblé:
 - Athlètes Junior
 - Niveau AAA+
 - Objectif principal : émulation nationale en remplacement du Championnat Canadien Junior
- Compétition de 4 jours
- Bassin de 50m extérieur
- 1x par an, avant le Championnat Canadien en 25m
- Participation à la discrétion des clubs

REDÉFINIR LE CADRE PÉDAGOGIQUE

MINI COUPE



MINI COUPE

- Public ciblé:
 - Athlètes 12 ans et moins – École primaire
 - Objectif principal : première valorisation et expérience provinciale
- Répartition des clubs par région, mais compétition par club
- Critères minimums d'éligibilité afin d'harmoniser le niveau d'une région à une autre
- Compétition par club
- Besoins encore à peaufiner: sondage aux clubs à venir:
 - 1 ou 2 Mini Coupe annuellement ?
 - Dates ?
 - Durée de la compétition ?

2 – LA COUPE DU QUÉBEC JUNIOR



**COUPE DU QUÉBEC
JUNIOR**

COUPE DU QUÉBEC JUNIOR

PRÉAMBULE



Athlètes 17 ans et moins



Niveau AA et AAA



Objectif :

- ✓ Offrir deux événements formateurs et complémentaires dans le but de préparer les athlètes au prochain palier.



Contenu:

- ✓ Des compétitions à dimension humaine
- ✓ Un cadre compétitif stimulant et adapté aux besoins de ces athlètes en développement
- ✓ Proposer une expérience complète et formatrice pour tous les participants
- ✓ Des objectifs pédagogiques clairs et orientés vers le Championnat Québécois

COUPE DU QUÉBEC JUNIOR

1^{er} besoin Redéfinir les besoins pédagogiques (1/2): « performer quand ça compte »

- Deux philosophies de développement de la performance sont souvent opposées :
 - Apprendre à performer en n'ayant qu'une seule opportunité (finale par le temps)
 - Apprendre l'enchaînement préliminaires / finales
- Nécessité d'apprendre à performer dans les deux contextes



1^{ère} mesure - Programme complet en préliminaires / demi-programme en finales

- La moitié des épreuves sont finales par le temps, l'autre moitié avec finales
- Programme des finales inversé d'une Coupe du Québec Junior à l'autre
 - Application des deux méthodologies : ce n'est pas l'une ou l'autre, c'est l'une **et** l'autre
 - Moins d'épreuves au programme des finales: finales B et relais possibles
 - Évolution dans l'expérience vécue par le nageur(euse) en passant d'un niveau à un autre.
 - Expérience compétitive complète, mais lourdeur des sessions de finales évitée

COUPE DU QUÉBEC JUNIOR



2^{ème} besoin

Redéfinir les besoins pédagogiques (1/2): développer la compétitivité

- Actuellement dans chaque compétition, seuls les médaillés sont valorisés.
- L'essence même de notre sport de compétition est de « faire la course »
- Dans ce cas, il sera pertinent de profiter des nombreuses opportunités de gagne proposées dans chaque compétition: chaque vague devient une compétition à elle-seule



2^{ème} mesure - Renforcer la compétitivité en créant des compétitions dans la compétition

- Valorisations multiples : outre les habituels podiums, classement des équipes, meilleures améliorations, les vainqueurs de chaque vague seront valorisés.
- Reconnecter avec l'essence même de notre activité: « faire la course ».

COUPE DU QUÉBEC JUNIOR

3^{ème} besoin **Adapter le bassin compétitif**

- L'absolue nécessité de nager en bassin de 50m ne s'impose pas pour des athlètes en développement.
- La nouvelle structure de Natation Canada donne moins d'importance aux compétitions de 50m
- Nécessité de proposer des événements dont le cadre correspond :
 - Aux besoins compétitifs de cette catégorie d'athlètes
 - Pour l'immense majorité, à leur réalité d'entraînement



3^{ème} mesure – **Les Coupes du Québec Junior se nageront en bassin de 25m**

- Idéalement, des installations de 8 corridors minimum + bassin de dénagement seront demandées

COUPE DU QUÉBEC JUNIOR

4^{ème} besoin Adapter le standard d'entrée

- Nécessité d'éviter la « course au standard », préjudiciable à une bonne planification de l'entraînement, et facilement source d'anxiété chez les nageurs de cette génération.



4^{ème} mesure – Un seul standard, inclusif, sera requis pour se qualifier à la Coupe du Québec Junior

- Standard environ de niveau AA – identique pour les deux Coupes du Québec Junior
- Le standard de niveau AAA sera par contre requis pour se qualifier au Championnat Québécois
- Fenêtre de qualification commençant au 1^{er} septembre de l'année précédente
- Une première Coupe du Québec Junior à la 24^{ème} semaine d'entraînement, laissant la possibilité d'avoir un gros bloc d'entraînement avant le premier événement requérant un standard.

COUPE DU QUÉBEC JUNIOR

5^{ème} besoin Proposer une expérience complète

- Importance de faire vivre aux athlètes qualifiés une expérience riche et formatrice
- Nécessité de « rentabiliser » la participation d'un athlète à la compétition



5^{ème} mesure – 5 épreuves individuelles possibles pour tout(e) nageur(euse) qualifié(e)

- Épreuves bonus cependant encadrées (standard « B » ?)
- Pour nager plus de 5 épreuves, un athlète devra avoir atteint le standard dans chacune d'entre elles.

COUPE DU QUÉBEC JUNIOR

6^{ème} besoin Éviter les marathons (1/2): les préliminaires

- Les compétitions « marathon » ne placent pas les athlètes dans des conditions optimales de performance, fatiguent les organismes de tous les participants et ne sont pas des bonnes vitrines pour notre sport.
- Trois éléments influent sur la durée des sessions de préliminaires:
 - Le nombre de nageurs
 - Le nombre d'épreuve par nageur
 - La vitesse de nage



6^{ème} mesure – Les Coupes du Québec Junior se tiendront simultanément dans 3 zones distinctes

- Environ 400 à 500 nageurs seront attendus dans chacune des trois zones.

COUPE DU QUÉBEC JUNIOR

7^{ème} besoin **Compétitionner selon sa réalité**

- La division par région a permis une proximité régionale, mais a très souvent mis de l'avant un déséquilibre des forces en présences, David devant se battre contre Goliath.
- Le débalancement structurel des régions n'a pas permis un développement optimal des athlètes.



7^{ème} mesure – **Les zones seront déterminées en fonction de la densité de performance des clubs**

- Les sections du Festival Par Équipe serviront à diviser les clubs en 3 zones.
- Les clubs d'une même réalité compétitive s'affronteront donc dans une même zone.
- Aucune hiérarchie entre les zones ne sera instaurée.

COUPE DU QUÉBEC JUNIOR



8^{ème} besoin

Éviter les marathons (3/3): réduire la durée totale de la compétition

- Volonté de rendre l'expérience stimulante, formatrice, mais pas exténuante.



8^{ème} mesure – Les Coupes du Québec Junior dureront 2,5 jours.

- La compétition commencera le vendredi matin, et finira le dimanche midi.
- Le dimanche après-midi pourra accueillir des camps techniques.

COUPE DU QUÉBEC JUNIOR – VUE D'ENSEMBLE



- Compétition en bassin de 25m, réservée aux seuls athlètes québécois
- 5 sessions (2,5 jours)
- 2 rendez-vous annuels
- Athlètes concernés: athlètes en développement, qui ont le Championnat provincial comme objectif
- Standard d'entrée AA – 1 standard suffit, 5 courses minimum par athlète
- Fenêtre de qualification commençant au 1^{er} septembre de la saison précédente
- Les clubs sont répartis en 3 zones, selon leur section du Festival par Équipe
- Programme complet en préliminaires, demi-programme en finale
- Valorisations multiples
- Piscine: 8x25m + bassin de dénagement
- **Prochain objectif à atteindre:** Coupe du Québec Senior & Championnat Québécois

CALENDRIER PRÉLIMINAIRE

LES OBJECTIFS COMPÉTITIFS MAJEURS

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
07 - 08.sept.24	14 - 15.sept.24	21 - 22.sept.24	28 - 29.sept.24	05 - 06.oct.24	12 - 13.oct.24	19 - 20.oct.24	26 - 27.oct.24	02 - 03.nov.24	09 - 10.nov.24	16 - 17.nov.24	23 - 24.nov.24	30 - 01.déc.24	07 - 08.déc.24	14 - 15.déc.24	21 - 22.déc.24	28 - 29.déc.24

18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34
04 - 05.janv.25	11 - 12.janv.25	18 - 19.janv.25	25 - 26.janv.25	01 - 02.févr.25	08 - 09.févr.25	15 - 16.févr.25	22 - 23.févr.25	01 - 02.mars.25	08 - 09.mars.25	15 - 16.mars.25	22 - 23.mars.25	29 - 30.mars.25	05 - 06.avr.25	12 - 13.avr.25	19 - 20.avr.25	26 - 27.avr.25
						Jr 25m						Jr 25m				

35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52
03 - 04.mai.25	10 - 11.mai.25	17 - 18.mai.25	24 - 25.mai.25	31 - 01.juin.25	07 - 08.juin.25	14 - 15.juin.25	21 - 22.juin.25	28 - 29.juin.25	05 - 06.juill.25	12 - 13.juill.25	19 - 20.juill.25	26 - 27.juill.25	02 - 03.août.25	09 - 10.août.25	16 - 17.août.25	23 - 24.août.25	30 - 31.août.25
								P-É 25m				PJD 50m					

3 – LA COUPE DU QUÉBEC SENIOR



**COUPE DU QUÉBEC
SENIOR**

COUPE DU QUÉBEC SENIOR

PRÉAMBULE



Athlètes 17 ans +, paraneur(euse)s et athlètes Junior proches du niveau national



Niveau AA et AAA



Objectif :

- ✓ Offrir deux événements rassembleurs pour les athlètes Senior et paraneur(euse)s
- ✓ Proposer un contexte de préparation de qualité pour les événements nationaux



Contenu:

- ✓ Un cadre compétitif stimulant pour les athlètes Seniors et les meilleurs Juniors
- ✓ Accueillir des athlètes hors-province pour rehausser le calibre
- ✓ Proposer une expérience complète pour tous les participants
- ✓ Des objectifs pédagogiques clairs

COUPE DU QUÉBEC SENIOR



1^{er} besoin

Adapter le bassin compétitif

- La nouvelle structure de Natation Canada donne moins d'importance aux compétitions de 50m
- Le recul des Essais Canadiens dans le calendrier donne moins d'urgence à nager tôt dans la saison en bassin de 50m.



1^{ère} mesure – Les Coupes du Québec Senior se nageront en bassin de 25m (1^{ère}) et 50m (2^{ème})

- 1^{ère} Coupe du Québec Senior: 16x25m minimum
- 2^{ème} Coupe du Québec Senior: 8x50m minimum + bassin de dénagement

COUPE DU QUÉBEC SENIOR

2^{ème} besoin Mieux cibler le public concerné par la Coupe du Québec Senior (1/2): les Seniors

- Actuellement, un niveau AAA est requis pour que les athlètes 17 ans soient admis dans les Coupes du Québec Senior.
- Nécessité d'inclure les nageurs 17 ans et plus de niveau intermédiaire, qui sont des partenaires d'entraînement, nos futurs entraîneur(e)s, nos futurs officiel(le)s.



2^{ème} mesure – Ouverture vers les athlètes Senior « intermédiaires » grâce à des standards A & B

- Le standard A, exigeant, permettra à tout athlète de nager minimalement 6 épreuves
- Le standard B, plus inclusif, sera réservé pour les athlètes Senior (18+) et donnera accès à 4 épreuves individuelles
- Vagues de débordement en préliminaires afin de garder les athlètes potentiellement finalistes dans de bonnes disposition de performance.

COUPE DU QUÉBEC SENIOR

3^{ème} besoin Mieux cibler le public concerné par la Coupe du Québec Senior (2/2): les Juniors

- Si le circuit des Coupes du Québec Junior s'adresse principalement aux athlètes en développement, ceux qui sont davantage orientés vers la performance doivent avoir des tremplins vers le niveau Canadien.
- **Objectifs :**
 - Que les athlètes Senior soient challengés par les meilleurs athlètes de niveau Junior
 - Que les athlètes de niveau Junior trouvent des confrontations avec des athlètes plus expérimentés et souvent plus performants



3^{ème} mesure – Inclusion des athlètes Junior performants

- Nécessité d'atteindre le standard A, exigeant, pour les athlètes Junior (17-)
- 6 épreuves individuelles possibles pour tout athlète ayant atteint un standard A

COUPE DU QUÉBEC SENIOR

4^{ème} besoin **Donner la possibilité à tout athlète qualifié d'être présent**

- Il n'est pas rare que dans certaines structures, le fait de n'avoir qu'un petit nombre d'athlètes qualifiés pose le problème de la présence de l'entraîneur(e).
- Il est important que tout athlète qualifié ne voit pas son développement freiné par cette contrainte.
- Il est tout aussi important de s'assurer de la plus grande représentation possible des athlètes québécois dans nos événements d'envergure.



4^{ème} mesure – **Embauche d'entraîneurs et d'entraîneuses provinciaux**

- Les entraîneur(e)s provinciaux seront au service de tous les athlètes dont l'entraîneur(e) n'est pas présent(e).
- Service facultatif, les clubs intéressés devront en faire la demande.
- Idéalement, les entraîneur(e)s provinciaux ne seront affiliés à aucun club civil.

COUPE DU QUÉBEC SENIOR

5^{ème} besoin **Créer des ponts entre les réseaux RSEQ universitaires et Civil**

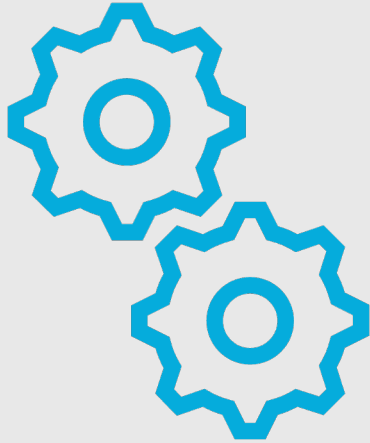
- Il est nécessaire que les deux réseaux puissent s'entraider en créant une émulation
- La présence des athlètes universitaires dans la Coupe du Québec Senior rajoutera de la compétitivité
- Nécessité de donner plus de visibilité à nos équipes universitaires



5^{ème} mesure – **Harmoniser les calendriers**

- Les dates des deux coupes du Québec Senior seront aussi enlignées avec le calendrier compétitif des universités:
 - Fin novembre, après la 3^{ème} Coupe Universitaire
 - Mi-Mars, après le Championnat Usports.

COUPE DU QUÉBEC SENIOR – VUE D'ENSEMBLE



- 1^{ère} Coupe du Québec Senior en bassin de 16x25m, la seconde en bassin de 8x50m, ouverte aux athlètes hors-province
- 7 sessions (3,5 jours)
- Athlètes concernés: athlètes 17 ans et +, athlètes Junior performants et paranageurs
- Standard B, inclusif, pour les 17 ans et plus
- Standard A, exigeant, pour les Juniors
- 6 épreuves individuelles pour quiconque atteint un standard A
- 4 épreuves individuelles pour les athlètes Senior qui se qualifient uniquement grâce à un standard B
- Programme complet
- Finale A-B-C – une finale réservée aux Juniors
- **Prochain objectif à atteindre:** le niveau Canadien

CALENDRIER PRÉLIMINAIRE

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
07 - 08.sept.24	14 - 15.sept.24	21 - 22.sept.24	28 - 29.sept.24	05 - 06.oct.24	12 - 13.oct.24	19 - 20.oct.24	26 - 27.oct.24	02 - 03.nov.24	09 - 10.nov.24	16 - 17.nov.24	23 - 24.nov.24	30 - 01.déc.24	07 - 08.déc.24	14 - 15.déc.24	21 - 22.déc.24	28 - 29.déc.24
												Sr 25m				

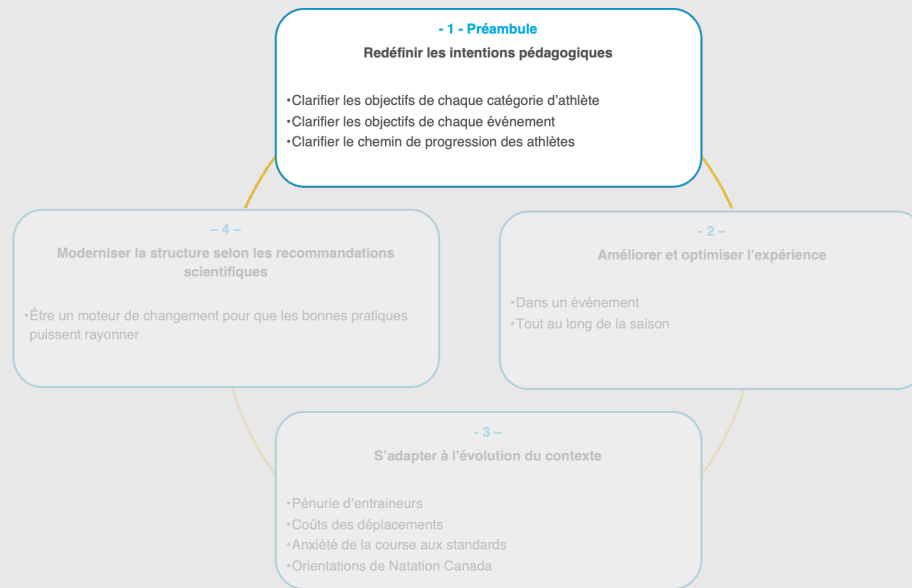
18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34
04 - 05.janv.25	11 - 12.janv.25	18 - 19.janv.25	25 - 26.janv.25	01 - 02.févr.25	08 - 09.févr.25	15 - 16.févr.25	22 - 23.févr.25	01 - 02.mars.25	08 - 09.mars.25	15 - 16.mars.25	22 - 23.mars.25	29 - 30.mars.25	05 - 06.avr.25	12 - 13.avr.25	19 - 20.avr.25	26 - 27.avr.25
						Jr 25m				Sr 50m		Jr 25m				

35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52
03 - 04.mai.25	10 - 11.mai.25	17 - 18.mai.25	24 - 25.mai.25	31 - 01.juin.25	07 - 08.juin.25	14 - 15.juin.25	21 - 22.juin.25	28 - 29.juin.25	05 - 06.juill.25	12 - 13.juill.25	19 - 20.juill.25	26 - 27.juill.25	02 - 03.août.25	09 - 10.août.25	16 - 17.août.25	23 - 24.août.25	30 - 31.août.25
								P-É 25m				PJD 50m					

4 – CONCLUSION



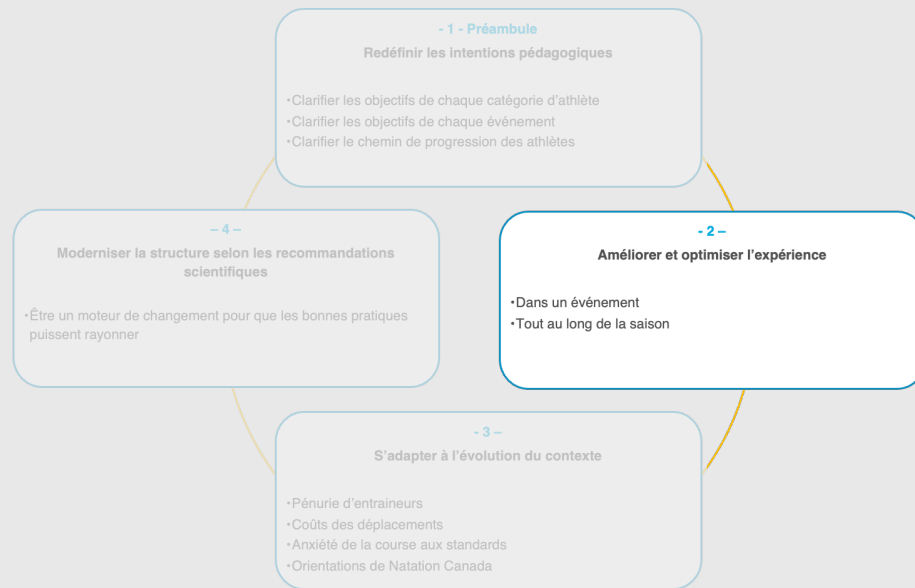
EN RÉSUMÉ



1 - REDÉFINIR LE CADRE PÉDAGOGIQUE

- Coupe du Québec Junior axée sur les besoins de développement des athlètes groupe d'âge.
- Apprentissages de la performance finale par le temps et l'enchaînement prélims-finales
- Développement de l'esprit compétitif et attrayant de la course via des valorisations multiples
- Encourager la tenue de blocs d'entraînement et supprimer la course hâtive aux standards en début de saison
- Coupe du Québec Senior comme préparation aux événements nationaux

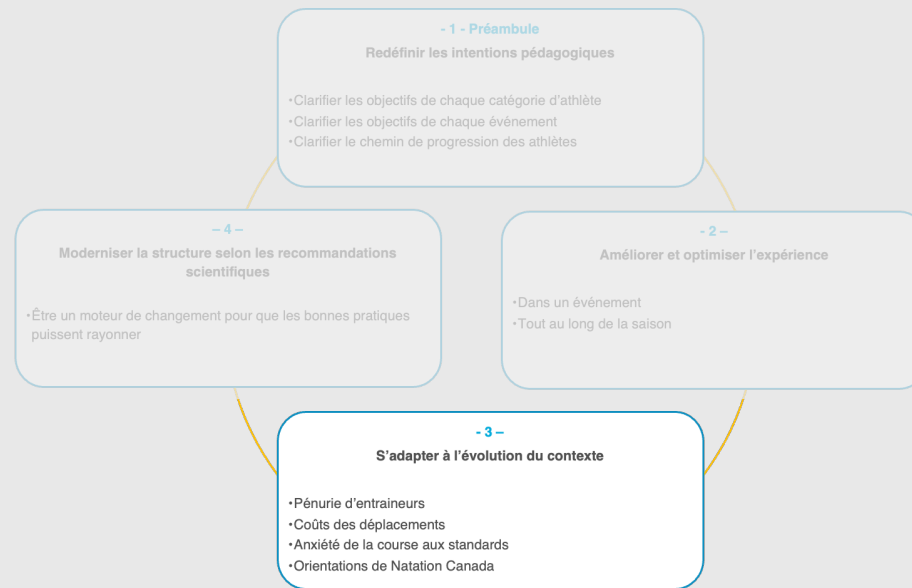
EN RÉSUMÉ



2 – AMÉLIORER L'EXPÉRIENCE

- Fini les compétitions marathon au niveau Junior
- Expérience complète en compétition grâce aux courses bonus
- Nouveaux intérêts pour les athlètes, avec des valorisations plus nombreuses
- Au niveau Junior, fini les compétitions David contre Goliath
- Coupe du Québec Junior en 3 zones, jusqu'à 60 athlètes finalistes par épreuve
- Esprit d'équipe plus présent dans la structure
- Expérience différente selon le niveau de compétition
- Fin de saison avec l'événement le plus rassembleur et le plus festif du calendrier

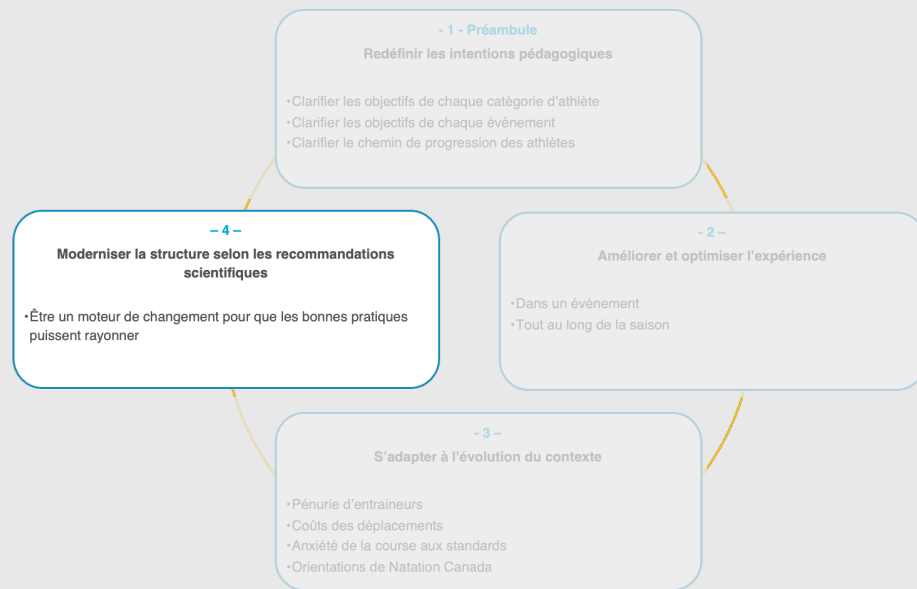
EN RÉSUMÉ



3 – S'ADAPTER AU CONTEXTE

- 1^{ère} Coupe du Québec Senior et les deux Coupes du Québec Junior en bassin de 25m
- Nombre d'événements réduits en regroupant des athlètes Junior en un seul endroit, offrant un répit aux entraîneur(e)s dans un contexte de pénurie.
- Embauche d'entraîneurs et d'entraîneuses provinciaux lors des Coupes du Québec Senior et des Championnats Canadiens.
- Plus de structures pourront accueillir des événements FNQ

EN RÉSUMÉ



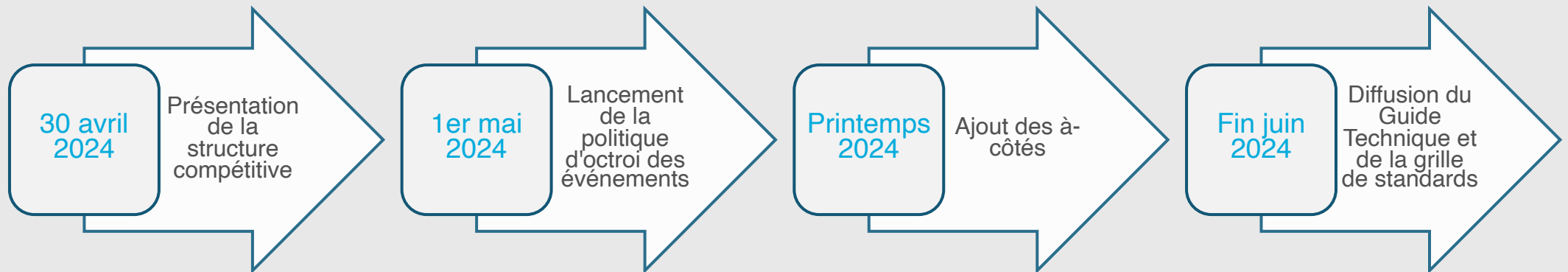
4 – MODERNISER LA STRUCTURE

- Respect de la qualité de la récupération dans les Coupes du Québec Junior
- Valorisations
- Camps de perfectionnement suite aux Coupes du Québec Junior
- Et autres éléments à venir...

PROCHAINES ÉTAPES

PARTIES PRENANTES	DÉVELOPPEMENT	RAYONNEMENT	EXPÉRIENCE
Objectifs:	<i>Donner une saveur éducative, formatrice à certains de nos événements provinciaux</i>	<i>Se servir de nos événements pour valoriser, inspirer, avec une portée bien supérieure au simple lieu de l'événement</i>	<i>Quoi faire pour que les différents acteurs vivent une expérience incroyable</i>
Nageurs			
Officiels			
Entraîneurs			
Comités organisateurs			
Bénévoles			
Spectateurs			
Clubs			
Régions			
Parents			
Commanditaires			
Communauté - grand public			
Gestionnaire de piscine			
Pour tous			

ÉCHÉANCIER



MERCI DE VOTRE ATTENTION !

Bravos - encouragements nzazzeri@fnq.ca

Plaintes - critiques noreply@fnq.ca