



COUPE DU QUÉBEC JUNIOR

LIEU

Centre aquatique Laurie-Ève-Cormier
490 Chemin du Lac, Boucherville,
Qc, J4B 6X3

INSTALLATIONS

1 bassin de compétition
de 10 couloirs
1 bassin de dénagemement
de 8 couloirs



BULLETIN TECHNIQUE

28 au 30 mars 2025

GROUPE A

COMITÉ ORGANISATEUR

Direction de rencontre : Christopher Hadley | christopher.hadley@bell.ca

Responsable des inscriptions : Simon Roughley | simon.roughley@johnabbott.qc.ca

Gestionnaire d'événement provincial FNQ: Jonatan Lacharité | jo_lacharite@videotron.ca

Responsable des officielles et officiels : Karine Jones | officielscompetitions@cnmustang.com

Réunion des entraîneur.e.s : Mardi 25 mars 19h00

[Rejoignez la réunion maintenant](#)

ID de réunion : 226 147 754 759

Code secret : Vg9Yw7bd



ACCUEIL

Chaque club est invité à se rendre au bureau de l'administration à son arrivée pour acquitter ses frais d'inscription.

PAIEMENT

Le paiement peut être fait :

1 - Virement bancaire (entre personnes Desjardins)

Transit : 30329, Succursale : 815, No. Compte : 1000942

Raison du virement : S.V.P. : inscrire le sigle de votre club.

2 - Virement Interac par courriel (pour toutes les banques et les caisses Desjardins)

tresorier@cnmustang.com

Question : Club

Réponse : Mustang

Raison du virement : S.V.P. : inscrire le sigle de votre club.

3 – Chèque fait au nom du « Club de natation Boucherville » à remettre lors de votre enregistrement au bureau de l'administration

ACCÈS À LA PISCINE

Les entraîneurs et les nageurs doivent passer par l'entrée principale du centre aquatique. L'accès à la piscine se fait par les vestiaires. Les portes seront ouvertes aux nageur(se)s 30 minutes avant le début de l'échauffement.

DISQUALIFICATIONS

Les disqualifications seront déclarées par l'annonceur.

DISPOSITIFS DE DÉPART AU DOS

Les dispositifs de départ au dos seront disponibles pendant les sessions préliminaires et finales. Lors de l'utilisation d'un dispositif de départ au dos, au moins un orteil de chaque pied doit être en contact avec le mur ou la plaque. En cas d'infraction, le nageur fautif recevra un avis verbal de la part du contrôleur de virage. Il n'y aura pas d'appel général de la part du starter. L'athlète est responsable d'ajuster l'appareil.

BRIS D'ÉGALITÉ

Les bris d'égalité seront nagés pendant la session du matin. Il est de la responsabilité des entraîneurs et des nageurs de s'assurer que leurs nageurs ne soient pas impliqués dans un bris d'égalité avant qu'ils quittent la piscine.

PROGRAMMES ET RÉSULTATS

- Les programmes seront disponibles à la table du bureau de l'administration.
- Le programme des préliminaires et des finales sera affiché sur les murs de la piscine.
- Une copie des résultats des séries préliminaires et le programme des finales seront disponibles à la table du bureau de l'administration.
- Les résultats en direct seront disponibles sur l'application Splash Me ainsi que sur le site : <https://live.swimrankings.net/46439/>

DEMANDES DE TEMPS DE PASSAGE OFFICIEL

Les demandes de temps de passage comme temps officiel devront être faites au bureau de l'administration au plus tard au début de la session où se nage l'épreuve en question.

HORAIRE DE LA COMPÉTITION

SESSIONS DU MATIN								
ÉCHAUFFEMENTS: 7h30 à 8h20 - DÉBUT DES ÉPREUVES: 8h30								
Vendredi 28 mars 2025			Samedi 29 mars 2025			Dimanche 30 mars 2025		
Femmes	Épreuves	Hommes	Femmes	Épreuves	Hommes	Femmes	Épreuves	Hommes
1	400m QNI (F)		11	200m libre (F)		23	400m libre*	24
	200m libre (H)	2		400m QNI (H)	12	25	100m brasse*	26
3	50m dos*	4	13	50m brasse	14	27	50m papillon*	28
5	200m brasse	6	15	200m papillon*	16	29	200m dos*	30
7	100m papillon	8	17	100m dos	18	31	100m libre*	32
	200m QNI (H)*	9	19	50m libre	20			
10	1500m libre (F)*		21	200m QNI (F)*				
				1500m libre (H)*	22			
							Relais 4x50m	
						201-202-203	libre mixte*	
SESSIONS DE L'APRÈS-MIDI								
ÉCHAUFFEMENTS: 16h00 à 16h50 - DÉBUT DES ÉPREUVES: 17h00								
Femmes	Épreuves	Hommes	Femmes	Épreuves	Hommes			
1	400m QNI (F)		11	200m libre (F)				
	200m libre (H)	2		400m QNI (H)	12			
5	200m brasse	6	13	50m brasse	14			
7	100m papillon	8	17	100m dos	18			
			19	50m libre	20			
101-103-105	Relais 4x50m QN*	102-104-106	107-109-111	Relais 4x50m libre*	108-110-112			

- Les épreuves en rouge (*) seront nagées finales contre la montre.
- Les épreuves en noir seront nagées en préliminaires et en finales.

PÉRIODE D'ÉCHAUFFEMENT

Préliminaires et session de finales contre la montre

- Il y aura deux périodes d'échauffement de 25 minutes.
- Les clubs sont séparés en 2 bassins en alternance et il n'y a pas d'assignation de couloir.
- Les plongeurs sont permis au moment jugé opportun par les entraîneurs. Lors de la période de plongeon, la circulation dans les couloirs doit se faire à sens unique.

Bloc #1 : Vendredi et Dimanche 7h30 à 7h55 et Samedi 7h55 à 8h20	
Bassin de 10 couloirs	Bassin de 8 couloirs
MUST (46), NN (72)	CAMO (55), SAMAK (51)
Bloc #2 : Vendredi et Dimanche 7h55 à 8h20 et Samedi 7h30 à 7h55	
Bassin de 10 couloirs	Bassin de 8 couloirs
RL (60), CNQ (61)	PCSC (99)

Finales

- L'échauffement des sessions de finales se déroule de 16h à 16h50.
- Les deux bassins seront ouverts et il n'y a pas d'attribution de couloirs.
- Les plongeurs seront autorisés durant les 20 dernières minutes (16h30) dans les couloirs 0 et 9 du bassin de 10 couloirs et dans les couloirs 1 et 8 du bassin de 8 couloirs.

FORFAITS (ÉPREUVES INDIVIDUELLES ET RELAIS)



Il est **obligatoire** de déclarer les forfaits et de faire les modifications de noms ou de l'ordre des relayeurs sur le formulaire en ligne.

- Lien : [FORMULAIRE DE FORFAIT ET MODIFICATION ORDRE ET NOMS DES RELAYEURS](#)
- Il y aura un code QR à la table du Bureau de l'administration
- Les membres d'une équipe de relais ainsi que l'ordre de départ doivent être inscrits avant le dernier échéancier pour les forfaits.

PÉNALITÉS

Une pénalité de 25\$ sera chargée à tout nageur qui ne déclare pas forfait pour une épreuve avant les délais autant pour les sessions de préliminaires, de finales contre-la-montre et de finales. Cette pénalité sera également chargée à tout nageur qui ne terminerait pas sa course avec une raison valable.

	Vendredi 28 mars 2025	Samedi 29 mars 2025	Dimanche 30 mars 2025
Session matin	À 18h, jeudi le 27 mars	À 18h, vendredi le 28 mars	À 18h, samedi le 29 mars
Session après-midi	30 minutes après la fin du 100m papillon	30 minutes après la fin du 50m libre	

PÉRIODE DE MODIFICATIONS DES RELAIS

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.

DÉROULEMENT DE LA COMPÉTITION

Des modifications ont été apportées au programme afin d'optimiser la durée des sessions. Veuillez consulter les estimés de temps prévisionnels pour une meilleure compréhension.

Vendredi matin

- L'épreuve 1 – 400m QNI filles se nagera dans le bassin secondaire (8 couloirs) pendant que l'épreuve 2 – 200m libre garçons se nagera dans le bassin principal (10 couloirs).
- Les épreuves 3 à 9 se nageront uniquement dans le bassin principal et l'épreuve 3 - 50m dos filles débutera uniquement lorsque l'épreuve 1 – 400m QNI filles sera terminée.
- Les 3 premières séries de l'épreuve 10 - 1500m libre filles se nageront dans le bassin secondaire (8 couloirs) et débiteront environ en même temps que l'épreuve 9 200m QNI – garçons.
- Les 2 dernières séries de l'épreuve 10 - 1500m libre filles se nageront dans le bassin principal (10 couloirs) après la fin de l'épreuve 9 - 200m QNI garçons.

Samedi matin

- L'épreuve 12 – 400m QNI garçons se nagera dans le bassin secondaire (8 couloirs) pendant que l'épreuve 11 – 200m libre filles se nagera dans le bassin principal (10 couloirs).
- Les épreuves 13 à 21 se nageront uniquement dans le bassin principal et l'épreuve 13 - 50m brasse filles débutera uniquement lorsque l'épreuve 12 – 400m QNI garçons sera terminée.
- Les 3 premières séries de l'épreuve 22 - 1500m libre garçons se nageront dans le bassin secondaire (8 couloirs) et débiteront environ en même temps que l'épreuve 21 - 200m QNI filles.
- La dernière série (4) de l'épreuve 22 - 1500m libre garçons se nagera dans le bassin principal (10 couloirs) et après la fin de l'épreuve #9 200m QNI – garçons.

Dimanche

- L'épreuve 23 – 400m libre filles se nagera dans le bassin secondaire (8 couloirs) pendant que l'épreuve 24 – 400m libre garçons se nagera dans le bassin principal (10 couloirs). Les deux épreuves devraient terminées environ en même temps.
- Le reste de la session se nagera uniquement dans le bassin principal et l'épreuve 25 – 100m brasse filles débutera uniquement lorsque l'épreuve 23 – 400m libre filles sera terminée.

FINALES

Lors des finales, les finalistes A seront présentés avant leur départ et les finalistes B seront présentés pendant qu'ils nageront à l'exception des 50m où tous les finalistes seront présentés avant leur départ.

PROCÉDURE POUR LES FINALES- Finalistes et Substituts

Nous demandons à tous les finalistes de venir aviser le commis au bureau de l'administration de leur présence dès leur arrivée à la piscine en surlignant leur nom sur le programme qui sera affiché sur la table.

Il n'y a pas de salle d'appel pour cette compétition. Les nageurs ont la responsabilité de se présenter à temps pour leur départ.

SUBSTITUTS

Tous les substituts désirant nager en cas d'absence d'un finaliste doivent se présenter au commis du bureau de l'administration qui sera à côté des juges-arbitres.

REMISES DE MÉDAILLES ET DE BANNIÈRES

Pour les épreuves finales contre-la-montre du vendredi et du samedi, les médailles seront disponibles à la table du bureau de l'administration au début des sessions des finales. Pour les épreuves du dimanche, les médailles seront disponibles à la table du bureau de l'administration dès que possible (svp, respectez un délai d'environ 30 minutes).

Pour les épreuves de finales, les médailles seront remises au podium immédiatement après la course. Nous demandons aux gagnants de se diriger directement au podium après leur épreuve.

Les bannières seront remises dans les minutes suivant la fin de la session du dimanche, veuillez en informer vos nageurs.

COMMUNICATIONS IMPORTANTES



Toute communication importante sera transmise par courriel aux entraîneurs ainsi que dans le groupe WhatsApp. [LIEN DE CONNEXION WHATSAPP](#)

SVP, vous assurez de transmettre au GEP [Jonatan Lacharité], les adresses courriels de tous les entraîneurs qui seront présents lors de l'événement.

AUTRES INFORMATIONS

MUSIQUE ET AMBIANCE

- Il y aura de la musique lors des périodes d'échauffement en préliminaire et en finales.
- Il y aura de la musique entre les séries lors des finales.
- Il y aura de la musique en « bruit de fond » lors des épreuves de 400m et 1500m si possible.

ESTRADES

- Des estrades sont disponibles pour les spectateurs gratuitement.

DIVERS

- Des repas et collations seront disponibles pour les entraîneurs à la place de la restauration.
- Des collations seront servies sur la piscine.
- Veuillez, SVP, verrouiller vos casiers.

STATIONNEMENT

Nous demandons la collaboration de tous pour le respect des aires de stationnement autour du Complexe Aquatique de Boucherville. Le stationnement sera gratuit pour toute la durée de la compétition.



Merci de votre collaboration au maintien de la propreté du bord de la piscine
et des vestiaires.

Au plaisir de vous accueillir!

Bonne compétition.

PRATIQUES ÉCORESPONSABLES

Événements de la Fédération de natation du Québec



Optez pour les transports durables tels que le transport en commun, le vélo ou la marche.



Si vous résidez loin de l'événement, préférez le covoiturage ou encore informez-vous auprès de la Fédération afin de savoir s'il existe un service de navette prévu dans votre secteur.



Si vous avez à louer un hébergement, assurez-vous que celui-ci soit situé près de l'événement ou d'un transport en commun.

Apportez votre gourde d'eau ou autre contenant réutilisable pour les boissons. Évitez les contenants de verre.



Adoptez une attitude responsable quand à votre gestion des déchets [zéro déchet, Sans trace Canada]



Dans la mesure du possible, évitez les collations enveloppées individuellement.

Repérez les îlots de tri sur le site.



Si cela est nécessaire, informez-vous auprès de la brigade verte afin de connaître les consignes de tri.