



Natation

# BULLETIN TECHNIQUE

Eau libre



**Parc de l'Île Saint-Quentin**  
30 juillet au 1<sup>er</sup> août 2025



## FNQ - REPRÉSENTANTS TECHNIQUES

Marie-Christine Potvin, Conseillère, programmes et compétitions  
Stéphanie Gagné, Coordonnatrice principale, service aux membres

## COMITÉ ORGANISATEUR - OFFICIELS MAJEURS EN EAU LIBRE

Jean-Charles Pelletier, délégué sport  
Stéphane Gagné, directeur de rencontre  
Nancy Bédard, directrice de rencontre adjointe

Michèle Castonguay, responsable des inscriptions et résultats

Le comité organisateur vous souhaite la bienvenue à la 59<sup>e</sup> Finale provinciale des Jeux du Québec à Trois-Rivières.

## POUR LES ENTRAINEURS- Réunion disciplinaire natation en piscine et en eau libre – Lundi 28 juillet 2025 à 19h

En ligne via Microsoft Teams

- Réunion technique en piscine suivi de la réunion technique en eau libre
- Lundi 28 juillet 2025 : 19h00 à 20h00
- Lien pour se joindre : [Rejoignez la réunion maintenant](#)
- ID de la réunion : 282 229 059 455  
Code secret : Vp3kv7S9

## POUR LES OFFICIEL(LE)S- Réunion disciplinaire natation en piscine et en eau libre – Mardi 29 juillet 2025 à 19h

- Mardi 29 juillet 2025 : 19h00 à 20h00
- UQTR, local S-2042 (piscine)
- **Pour accéder à la réunion des officiels, il faut au préalable être accrédité.**

## 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 (code QR-1).



Informations QR-1



## 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://jeuxduquebec.com/wp-content/uploads/sites/3/sites/3/2024/10/Natation-TR-E2025.pdf>

### Déroulement de la compétition

#### Accueil

L'accueil aura lieu à l'Île Saint-Quentin

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. Notez que les vestiaires sont uniquement utilisés pour se changer, les effets personnels devront être placés dans la zone réservée aux délégations. (Voir plan en annexe A)

#### Réunion des entraîneurs et des athlètes natation en eau libre OBLIGATOIRE

30-31 juillet et 1<sup>er</sup> août : 9h00 À 9h15 sous le chapiteau de marquage sur le site de la compétition.

#### Échauffement et dénagement

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 dénagement 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 afin 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 (jaune) et pour les garçons (rose).



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 25 et les filles de 51 à 84.

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.

La numérotation des nageurs pour le 5 km sera effectuée par un tirage au sort et déterminera l'ordre assigné à la corde de départ.

L'ordre de l'assignation des nageurs pour le 2 km sera effectué selon les résultats des temps du 5 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 un départ de garçons et un départ 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 un départ de garçons, un départ de filles et un départ mixte.

L'ordre de départ, assigné aux équipes masculines et féminines pour le 2 x 500 mètres sera effectué par un tirage au sort par un officiel. Le premier relais, déterminé par le tirage au sort, sera placé le 1er 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 mercredi soir en piscine pour faire les changements de nageurs ou ordre de nageurs pour les épreuves de relais en eau libre du jeudi matin (voir code QR-2).**

### **PLAN DE CONTINGENCE**

La sécurité et la santé de nos athlètes constituent notre priorité absolue, nous prenons donc la qualité de l'eau ainsi que les conditions météorologiques avec le plus grand sérieux. Un protocole rigoureux de surveillance et de contrôle a été mis en place pour garantir des conditions optimales et sécuritaires pour tous les participants ainsi qu'un plan de contingence afin de pouvoir tenir la compétition en toute sécurité.

Nous nous engageons à communiquer de manière transparente l'état de la qualité de l'eau. Advenant des conditions non conformes aux standards établis, la première journée de compétition serait reportée et tous les entraîneurs seraient immédiatement informés.



La réorganisation des épreuves serait faite en priorisant l'ordre suivant: 5km, Relais, 2km. Le comité organisateur se réserve la possibilité de jumeler des épreuves au cours d'une même journée

Tout changement à l'horaire établi sera communiqué au chef de mission

### 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 bureau d'administration le plus tôt possible si forfait il y a (code QR-2).



*Forfaits et Relais QR-2*

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.

Les douches de la plage des baigneurs seront disponibles après chaque épreuve, en alternance garçons/filles.

### **HORAIRE**

#### **Horaire session n° 2 - Jour 1 - Eau libre**

**2025-07-30 - 10:00**

Echauffement: 9:15 à 9:45

Séance des chefs d'équipes: 9:00

|       |                        |         |                |              |                               |   |
|-------|------------------------|---------|----------------|--------------|-------------------------------|---|
| 8:45  | Marquage des nageurs   |         |                |              | 0:30                          |   |
| 10:00 | 102. 5000m Libre       | Garçons | Finale directe | 15 - 17      | aucune répartition des lignes | - |
| 11:30 | 101. 5000m Libre       | Filles  | Finale directe | 14 - 16      | aucune répartition des lignes | - |
| 13:00 | Période de dénagemment |         |                |              | 0:15                          |   |
| 13:15 | Remise des médailles   |         |                |              | 0:20                          |   |
| 13:35 | Fin de session         |         |                | Durée totale | 3:35                          |   |



### **Horaire session n° 5 - Jour 2 - Eau libre**

**2025-07-31 - 10:00**

Echauffement: 9:15 à 9:45

Séance des chefs d'équipes: 9:00

|       |                         |         |                |              |                               |   |
|-------|-------------------------|---------|----------------|--------------|-------------------------------|---|
| 8:45  | Marquage des nageurs    |         |                |              | 0:30                          |   |
| 10:00 | 103. 2 x 500m Libre     | Filles  | Finale directe | 14 - 16      | aucune répartition des lignes | - |
| 10:20 | 104. 2 x 500m Libre     | Garçons | Finale directe | 15 - 17      | aucune répartition des lignes | - |
| 10:40 | Pause                   |         |                |              | 0:15                          |   |
| 10:55 | 105. 2 x 500m Libre     | Mixte   | Finale directe | 14 - 17      | aucune répartition des lignes | - |
| 11:15 | Période de dénagemement |         |                |              | 0:15                          |   |
| 11:30 | Remise des médailles    |         |                |              | 0:30                          |   |
| 12:00 | Fin de session          |         |                | Durée totale | 2:00                          |   |

### **Horaire session n° 8 - Jour 3 - Eau libre**

**2025-08-01 - 10:00**

Echauffement: 9:15 à 9:45

Séance des chefs d'équipes: 9:00

|       |                         |         |                |              |                               |   |
|-------|-------------------------|---------|----------------|--------------|-------------------------------|---|
| 8:45  | Marquage des nageurs    |         |                |              | 0:30                          |   |
| 10:00 | 107. 2000m Libre        | Garçons | Finale directe | 15 - 17      | aucune répartition des lignes | - |
| 10:40 | 106. 2000m Libre        | Filles  | Finale directe | 14 - 16      | aucune répartition des lignes | - |
| 11:20 | Période de dénagemement |         |                |              | 0:15                          |   |
| 11:35 | Remise des médailles    |         |                |              | 0:20                          |   |
| 11:55 | Fin de session          |         |                | Durée totale | 1:55                          |   |

### **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](http://www.fng.ca), sur l'application SplashMe et sur le site officiel des Jeux du Québec <http://resultats.jeuxduquebec.com/fr/index.html>.

Horaire et résultats détaillés disponibles sur l'application SplashMe : <https://live.swimrankings.net/47512/>

### **Remise de médailles**

La remise de médailles se fera sur place, 15 minutes après la période de dénagemement. Nous demandons l'aide des entraîneurs afin de s'assurer que les nageurs soient présents.



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 (code QR-3) au plus tard le vendredi 1<sup>er</sup> août avant 16h30. La FNQ est responsable de recommander un choix à Sports Québec.



*Esprit Sportif QR-3*

Une bannière sera remise aux trois équipes qui auront accumulés 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 samedi 2 août, entre la session des préliminaires et des finales. La parade est prévue débiter à 9h50.

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





## Annexe A

### Plan du site et parcours

