

**SWIMMING
CANADA
NATATION**



MEDIA GUIDE 2019 GUIDE MÉDIA





ABI TRIPP & MORGAN BIRD

TABLE OF CONTENTS | TABLES DES MATIÈRES

4	HISTORY HISTOIRE
5	THE SPORT OF SWIMMING LE SPORT DE LA NATATION
8	PARA-SWIMMING AND CLASSIFICATION LA PARANATATION ET LA CLASSIFICATION
12	ABOUT SWIMMING CANADA À PROPOS DE NATATION CANADA
14	EVENT ORDER L'ORDRE DES ÉPREUVES
15	EVENT ENTRIES LES INSCRIPTIONS
16	WORLD PARA SWIMMING CHAMPIONSHIPS TEAM L'ÉQUIPE DES CHAMPIONNATS DU MONDE DE PARANATATION
50	WORLD PARA SWIMMING CHAMPIONSHIPS TRACKING SUIVRE AUX CHAMPIONNATS DU MONDE DE PARANATATION
52	CANADIAN PARA-SWIMMING RECORDS RECORDS CANADIENS DE PARANATATION
54	SWIM GLOSSARY LEXIQUE DE NATATION

FOR MORE INFORMATION POUR PLUS D'INFORMATIONS

SWIMMING CANADA NATATION · 307 Gilmour Street, Ottawa, ON, K2P 0P7

Nathan White
Senior Manager, Communications | Gestionnaire supérieur des communications
T. +1 (613) 260-1348 x2002 C. +1 (613) 866-7946
nwhite@swimming.ca

Michel Bélanger
Para-swimming Communications Officer | Agent des communications de paranatation
C. +1 (613) 447-6334
mbcommunications@outlook.com

swimming.ca     swimmingcanada

COVER PHOTO BY Scott Grant: **SHELBY NEWKIRK**

OTHER PHOTOS BY
Darren Calabrese, Kevin Van Paassen, Brian Cassey, Scott Grant, Ian MacNicol

HISTORY

WORLD PARA SWIMMING CHAMPIONSHIPS

The World Para Swimming Championships (formerly IPC Swimming World Championships) have been scheduled every two years since 2013. This year, however, will mark the first best-on-best world championships since Glasgow 2015, as the originally scheduled 2017 edition was derailed by a devastating earthquake in Mexico City.

Outside of the Paralympic Games, the worlds are the premier event for athletes with physical, visual and intellectual impairments.

This will be the eighth world championships, with the inaugural event being hosted in Malta in 1994. Canada was the host of the 2013 championships in Montreal. When the 2017 championships were cancelled, Canada and other countries instead competed at the Canadian Para-swimming Open in Toronto.

Around 600 swimmers from 60 nations are set to take to the water over seven days in at the London Aquatics Centre, which hosted the 2012 Olympic and Paralympic Games. The pool's spectacular wave-like roof is 160 metres long and is one of the prominent features of the Queen Elizabeth Olympic Park. It hosted up to 17,500 spectators for the 2012 swimming, diving and synchronized swimming events at the Olympics as well as the swimming events at the Paralympics. Following the Games, the venue was reduced to 2,500 permanent seats, expandable to 3,500.

HISTOIRE

CHAMPIONNATS DU MONDE DE PARANATATION

Les championnats du monde de paranatation (anciennement championnats du monde de l'IPC) ont eu lieu tous les deux ans depuis 2013. Cette année, cependant, marquera les premiers championnats du monde depuis Glasgow, en 2015, car l'édition prévue en 2017 a été annulée suite à un tremblement de terre dévastateur à Mexico.

Outre les Jeux paralympiques, les championnats du monde sont la compétition la plus importante pour les athlètes atteints de handicaps physiques, visuels et intellectuels.

Ces championnats du monde seront la huitième édition; les premiers ont eu lieu en Malte en 1994. Le Canada était l'hôte des championnats en 2013, à Montréal. Lorsque les championnats 2017 ont été annulés, le Canada et d'autres pays ont plutôt participé à l'Open canadien de paranatation à Toronto.

Environ 600 nageurs de 60 pays seront à l'eau pendant sept jours au London Aquatic Centre, l'hôte des Jeux olympiques et paralympiques en 2012. Le spectaculaire toit de la piscine, en forme de vague, mesure 160 mètres de long et représente l'un des principaux attraits du Parc olympique de Londres. La piscine a accueilli jusqu'à 17 500 spectateurs en 2012 pour les épreuves de natation, de plongeon et de nage synchronisée pendant les Olympiques, ainsi que les épreuves de natation pendant les Jeux paralympiques. Après les Jeux, la capacité des installations a été diminuée à 2 500 sièges permanents, avec une possibilité d'aller jusqu'à 3 500.

THE SPORT OF SWIMMING

HISTORY

Although not part of the ancient Olympic Games, swimming, in the form of an underwater obstacle course, was included in the training of ancient Greek and Roman soldiers. It was also favoured as a competitive or recreational activity in medieval Europe. In Japan, swimming competitions were held as early as 36 BC. The Japanese interest in swimming dates back to an imperial transcript that made swimming a compulsory part of the school curriculum in 1603.

At the first modern Olympic Games in Athens in 1896, swimming competitions took place in the yachting marina at Zea (Piraeus). The swimmers boarded a boat that took them out into the cold waters of the Saronic Gulf, where they dove into the sea and raced toward the finishing line at the marina Zea's shore.

The swimming venue has greatly improved since then. At the 1900 Olympic Games in Paris, the Seine River was the venue for the swimming events. In 1908 the swimming competitors raced in a 100-m pool within a running track. The 100-m event that began exclusively for Greek sailors in 1896 has now evolved into multiple men's and women's events in state-of-the-art aquatic facilities. Women's swimming entered the Olympic Games in 1912.

Para-swimming was part of the first Games at Rome 1960.

OVERVIEW

The indoor competition pool is 50 metres long and is divided into eight or 10 lanes, each 2.5 metres wide. Each stroke has its own regulations regarding proper starts, leg and arm movements during the races and how the swimmer must touch the wall at the end of each length. FINA rules dictate that for all strokes except backstroke, the race begins with a dive from a starting block. Backstroke events start in the water.

Para-swimming rules are adapted from those set forth by FINA. Depending on their level of ability, competitors may start a race by sitting on the block and diving in, or they may start the race in the water. Some athletes may receive assistance in positioning for their start. In events for athletes with visual impairments, a "tapper" may use a pole to tap swimmers when they approach the wall, indicating when the swimmers should turn or finish.

Any swimmer who leaves the starting block or wall prior to the starting signal is disqualified. In all swimming events, the individual or team with the fastest time wins. Preliminary heats lead to semifinals and/or finals based on the fastest times. Note not all distances are included in all championships as programs may vary.

FREESTYLE

Events: 50-m, 100-m, 200-m, 400-m, 800-m , and 1,500-m. The freestyle events are those in which the swimmer may swim any stroke, with the exception of the freestyle segments in the individual medley and medley relay events where freestyle means any swimming stroke other than backstroke, breaststroke or butterfly. Some part of the swimmer's body must touch the end wall at the end of each length and at the finish, while some part of the body must break the surface throughout the race except at the start and turn.

BACKSTROKE

Events: 50-m, 100-m and 200-m. Swimmers must remain on their backs throughout the race except during the turn. The normal on-the-back position may include a body roll movement that does not exceed 90 degrees from the horizontal. Some part of the body must break the surface of the water throughout the race except for after the start and during and after the turn, when the body may be completely submerged (for a distance of no more than 15 m in both cases).

BREASTSTROKE

Events: 50-m, 100-m and 200-m. Breaststroke is a complex swimming style that demands perfect coordination of arm and leg movements. Unlike freestyle and backstroke, in breaststroke the arms and legs move simultaneously on the same horizontal plane. Swimmers must remain in synch and touch the wall with both hands during the turn.

BUTTERFLY

Events: 50-m, 100-m and 200-m. In the butterfly, both arms move simultaneously in a circular pattern while the legs move with an up-and-down dolphin kick. A common cause for disqualification is when the competitor touches the wall with one hand during the turn, or moves his or her legs contrary to the regulations.

INDIVIDUAL MEDLEY

Events: 200-m and 400 m. The individual medley is made up of equal distances of the four swimming strokes in the following order: butterfly, backstroke, breaststroke and freestyle. Each leg must begin and end in accordance with the rules applicable to the particular stroke.

In Para-swimming, some sport classes swim a 150-m IM, dropping the butterfly and beginning with backstroke.

RELAYS

Events: 4x50/4x100/4x200-m freestyle, 4x50/4x100-m medley. Four swimmers from the same team compete together in a relay event, each using one of the four swimming strokes. The order of the medley relay is backstroke, breaststroke, butterfly and freestyle. Once the first relay member touches the wall, the next relay member dives in. The third and fourth members follow this pattern. Relay changeovers are only valid when the feet of the outgoing swimmer detach from the starting blocks at least 0.03 seconds after the fingers of the incoming swimmer touch the wall. If the outgoing swimmer moves too early, his or her team is disqualified.

LE SPORT DE LA NATATION

HISTOIRE

Même si elle ne faisait pas partie des anciens Jeux olympiques, la natation, sous la forme d'une course à obstacles sous-marine, était incluse dans l'entraînement des anciens soldats grecs et romains. C'était aussi une activité compétitive ou de loisir en Europe médiévale. Au Japon, des compétitions de natation ont eu lieu aussi tôt qu'en 36 av J-C. L'intérêt japonais pour la natation remonte à une inscription impériale qui rendait la natation une portion obligatoire du programme scolaire en 1603.

Aux premiers Jeux olympiques modernes à Athènes en 1896, les compétitions de natation ont eu lieu dans la marina de Zea (Pirée). Les nageurs devaient monter dans un bateau qui les menait dans les eaux froides du golfe de Saronique, où il plongeait dans la mer et nageait vers la ligne d'arrivée sur la rive de la marina de Zea.

Les installations de natation se sont grandement améliorées depuis. Aux Jeux olympiques de 1900 à Paris, la rivière de la Seine a été l'installation pour les épreuves de natation. En 1908, les concurrents de natation ont nagé dans une piscine de 100 m à l'intérieur d'une piste de course. L'épreuve de 100 m qui a débuté exclusivement pour les marins grecs en 1896 était maintenant devenue plusieurs épreuves masculines et féminines dans des installations aquatiques ultramodernes. Les épreuves féminines de natation ont fait leur entrée aux Jeux olympiques en 1912.

La paranatation était au programme des premiers Jeux paralympiques à Rome en 1960.

APERÇU

La piscine intérieure de compétition mesure 50 mètres de longueur et est divisée en dix couloirs de 2,5 mètres. Chaque style possède ses propres règlements concernant les bons départs, les mouvements des jambes et des bras pendant les courses et la façon dont le nageur doit toucher le mur à la fin de chaque longueur. Pour tous les styles sauf le dos, la course commence avec un plongeon depuis un bloc de départ. Les épreuves de dos débutent dans l'eau.

Les règlements de paranatation ont été adaptés de ceux établis par la FINA. Selon leur niveau d'aptitude, les compétiteurs peuvent commencer leur course assis sur le bloc puis effectuer leur plongeon ou partir directement dans l'eau. Certains athlètes peuvent recevoir de l'aide pour se positionner sur le bloc. Pour les athlètes ayant une déficience visuelle, un «tapeur» utilise un pôle servant à taper les nageurs pour les avertir qu'ils approchent du mur.

Un nageur qui quitte le bloc ou le mur avant le signal de départ est disqualifié. Dans toutes les épreuves de natation, la personne ou l'équipe ayant le temps le plus rapide gagne. Chaque course a un maximum de nuit nageurs. Les rondes préliminaires précèdent les demi-finales et les finales en fonction des temps les plus rapides. Prenez note que ce ne sont pas toutes les distances qui sont incluses dans tous les championnats puisque les programmes peuvent varier.

STYLE LIBRE

Épreuves: 50m, 100m, 200m, 400m, 800m et 1500m. Les épreuves de style libre sont celles dans lesquelles le nageur peut nager n'importe quel style sauf les sections de style libre dans les quatre nages individuel et les relais quatre nages où le style libre signifie un style de natation autre que le dos, la brasse ou le papillon. Une portion du corps du nageur doit toucher au mur d'extrémité à chaque longueur et à la fin, tandis qu'une portion du corps doit briser la surface pendant toute la course sauf lors du départ et des virages.

DOS

Épreuves: 50m, 100m et 200m. Les nageurs doivent demeurer sur leur dos pendant toute la course sauf pour les virages. La position normale sur le dos peut inclure un roulement du corps qui ne dépasse pas 90 degrés par rapport à l'horizontale. Une portion du corps doit briser la surface de l'eau pendant toute la course sauf après le départ et après les virages, quand le corps peut être complètement sous l'eau (pour une distance d'au plus 15 m dans les deux cas).

BRASSE

Épreuves: 50m, 100m et 200m. La brasse est un style de nage complexe qui exige une coordination parfaite des mouvements des bras et des jambes. Contrairement au style libre et au dos, à la brasse les bras et les jambes bougent simultanément dans le même plan horizontal. Les nageurs doivent demeurer synchronisés et toucher au mur avec les deux mains pendant le virage.

PAPILLON

Épreuves: 50m, 100m et 200m. Au papillon, les deux bras bougent simultanément dans un mouvement circulaire tandis que les jambes bougent avec un battement du dauphin de haut en bas. Une cause fréquente de disqualification est quand le concurrent touche au mur avec une main pendant le virage ou bouge ses jambes contrairement aux règlements.

QUATRE NAGES INDIVIDUEL

Épreuves: 200m et 400m. Le quatre nages individuel est composé de distances égales des quatre styles de natation dans l'ordre suivant: papillon, dos, brasse et style libre. Chaque portion doit commencer et se terminer selon les règlements applicables au style particulier.

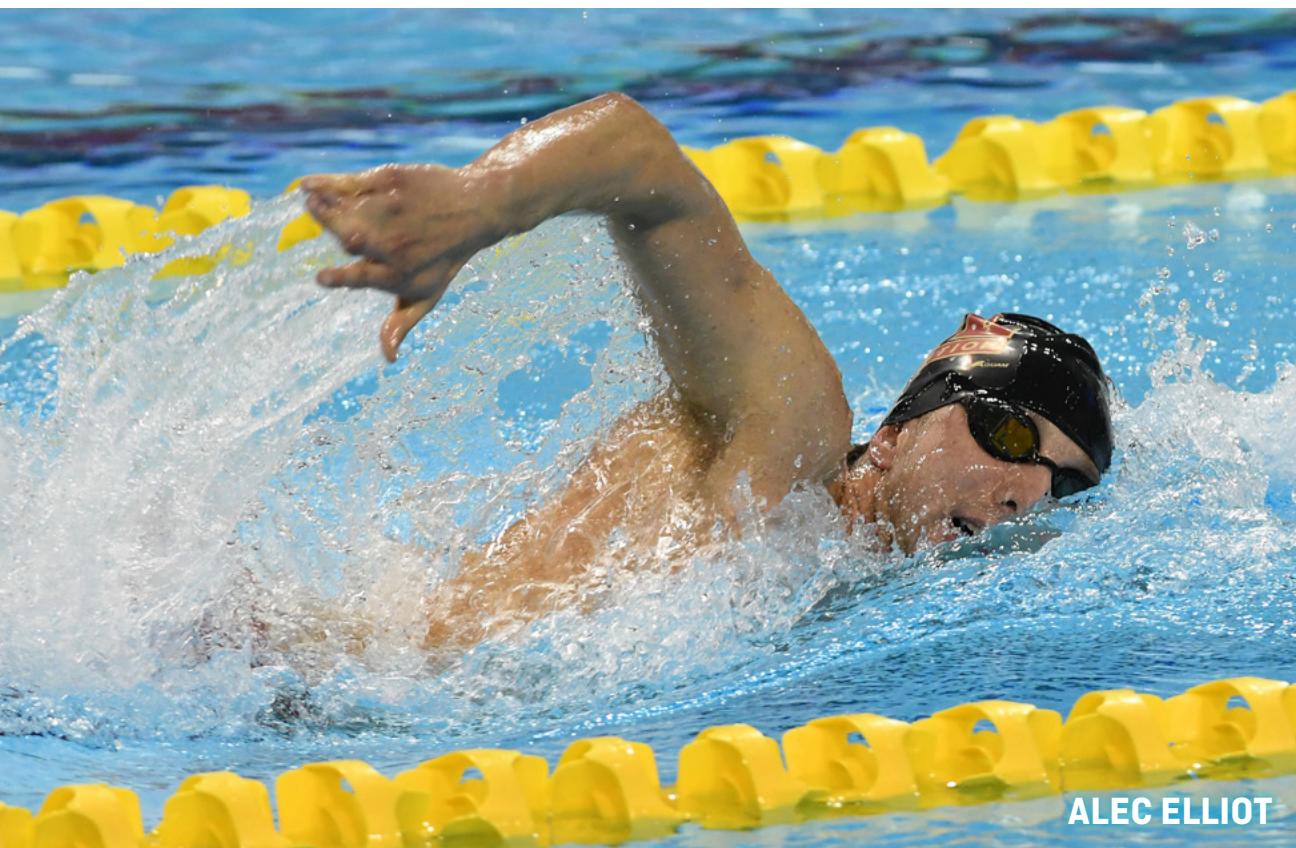
En paranatation, certaines classes sportives nagent le 150 m TNI, éliminant la portion de papillon et commençant l'épreuve directement au dos.

RELAIS

Épreuves: 4x50m libre, 4x100m libre, 4x200m libre, 4x50m QN, 4x100m QN. Quatre nageurs de la même équipe nagent ensemble dans un relais, chacun utilisant un des quatre styles de natation. L'ordre du quatre nages est le dos, la brasse, le papillon et le style libre. Quand le premier nageur du relais touche au mur, le membre suivant du relais plonge. Les troisième et quatrième membres suivent ce modèle. Les changements dans le relais ne sont valides que quand les pieds du nageur qui part se détachent du bloc au moins 0,03 de seconde après que les doigts du nageur qui arrive touchent au mur. Si le nageur qui part bouge trop tôt, son équipe est disqualifiée.



DANIELLE DORRIS



ALEC ELLIOT

PARA-SWIMMING AND CLASSIFICATION

Para-swimming is competitive swimming for persons with impairments. There are three categories of impairments that fall under the classification system of IPC Swimming: physical impairments, visual impairments or intellectual impairments.

A system of classification has been created to ensure competition is fair and equal, and all Paralympic sports have a system in place which ensures that winning is determined by skill, fitness, power, endurance, tactical ability and mental focus, the same factors that account for success in sport for able-bodied athletes.

This process of classification and its purpose is to minimize the impact of impairments on the activity (sport discipline). Having the impairment thus is not sufficient, the impact on the sport must be proved. In each Paralympic sport, the criteria of grouping athletes by the degree of activity limitation resulting from the impairment are named 'Sport Classes'. Through Paralympic swimming categories - or classification - it is determined which athletes are eligible to compete in a sport and how athletes are grouped together for competition. This, to a certain extent, is similar to grouping athletes by age, gender or weight.

CLASSIFICATION – Each swimmer based on their impairment will undergo the process of classification to determine their place inside their impairment category. The classification process focuses on a swimmer's ability and how it impacts their sport participation, not their impairment.

- **PI Classification** – testing is done by a doctor or physiotherapist and a swimming technical expert. Classification is composed of three parts: Physical Assessment (medical testing), Technical Assessment and Observation during competition. All three parts must be completed for a classification to be complete.
- **VI Classification** – Assessment is done by ophthalmologist
- **II Classification** - Assessment is done by psychologist or psychiatrist and a technical expert

SPORT CLASSES

The sport class names in Swimming consist of a prefix "S", "SM", or "SB" and a number. The prefixes stand for the event and the number indicates the sport class the athlete competes in the respective event.

The prefixes stand for:

- S: Freestyle, Butterfly and Backstroke events
- SB: Breaststroke
- SM: Individual Medley

SPORT CLASSES 1-10: PHYSICAL IMPAIRMENT

There are ten different sport classes for athletes with physical impairment, numbered 1-10. A lower number indicates a more severe activity limitation than a higher number.

Athletes with different impairments compete against each other. The impact of their impairment on swim performance, however, is similar.

The following gives a few examples for impairments described in each sport class profile:

S1 SB1 SM1

Swimmers in this sport class have a significant loss of muscle power or control in their legs, arms and hands. Some athletes also have limited trunk control, as it may occur with tetraplegia. These impairments may be caused by spinal-cord injuries or polio. Swimmers in this class usually use a wheelchair in daily life.

S2 SB1 SM2

Swimmers in this sport class are able to use their arms with no use of their hands, legs or trunk or have severe co-ordination problems in four limbs. As in sport class S1 SB1 SM1, athletes mostly only compete in backstroke events.

S3 SB2 SM3

This sport class includes athletes with amputations of all four limbs. Swimmers with reasonable arm strokes but no use of their legs or trunk and swimmers with severe co-ordination problems in all limbs are also included in this sport class.

S4 SB3 SM4

Swimmers who can use their arms and have minimal weakness in their hands, but cannot use their trunk or legs.

Athletes with amputations of three limbs also swim in this sport class.

S5 SB4 SM5

Swimmers with short stature and an additional impairment, with loss of control over one side of their body (hemiplegia) or with paraplegia compete in this sport class.

S6 SB5 SM6

This sport class includes swimmers with short stature, amputations of both arms or moderate co-ordination problems on one side of their body.

S7 SB6 SM7

This profile is designated for athletes with one leg and one arm amputation on opposite sides, double leg amputations or a paralysis of one arm and one leg on the same side. Moreover, swimmers with full control over arms and trunk and some leg function can compete in this class.

S8 SB7 SM8

Swimmers who have lost either both hands or one arm are eligible to compete in this sport class. Also, athletes with severe restrictions in the joints of the lower limbs could compete in this sport class.

S9 SB8 SM9

Athletes in this sport class swim with joint restrictions in one leg, double below-the-knee amputations or an amputation of one leg.

S10 SB9 SM10

This class describes the minimal impairments of eligible swimmers with physical impairment. Eligible impairments would be the loss of a hand or both feet and a significantly limited function of one hip joint.

****SPORT CLASSES 11-13: VISUAL IMPAIRMENT****

Swimmers with visual impairment compete in the sport classes 11-13, with 11 meaning a complete or nearly complete loss of sight and 13 describing the minimum eligible visual impairment. Athletes in sport class 11 compete with blackened goggles.

****SPORT CLASS 14: INTELLECTUAL IMPAIRMENT****

Swimmers with intellectual impairment who also meet the sport-specific criteria compete in sport class 14.



LA PARANATATION ET LA CLASSIFICATION

La paranatation est de la natation compétitive pour les personnes ayant des déficiences. Il y a trois catégories de déficiences qui tombent dans le système de classification de la natation du IPC: déficience physique, déficience visuelle ou déficience intellectuelle.

Un système de classification a été créé pour assurer que la compétition est juste et égale et tous les sports paralympiques ont un système en place qui assure que la victoire est déterminée par l'habileté, le conditionnement, la puissance, l'endurance, la capacité tactique et la concentration mentale, les mêmes facteurs qui comptent pour le succès dans le sport pour les athlètes sans handicap.

Cette procédure de classification et son but sont de minimiser l'impact des déficiences sur l'activité sportive (discipline sportive). Avoir la déficience n'est donc pas suffisant, l'impact sur le sport doit être prouvé. Dans chaque sport paralympique, les critères pour regrouper les athlètes par degré de limite d'activité résultant de la déficience sont nommés 'classes sportives'. Par les catégories de natation paralympique - ou classification – il est déterminé quels athlètes sont admissibles pour concourir dans un sport et comment les athlètes sont regroupés ensemble pour la compétition. Cela, jusqu'à un certain point, est semblable au regroupement des athlètes par âge, genre ou poids.

CLASSIFICATION – Chaque nageur, selon sa déficience, subira la procédure de classification pour déterminer sa place dans la catégorie de déficience. La procédure de classification se concentre sur la capacité d'un nageur et comment cela a un impact sur sa participation sportive, pas sa déficience.

- **Classification PI** – un test est effectué par un médecin ou un physiothérapeute et un expert technique de la natation. La classification est composée de trois parties: évaluation physique (test médical), évaluation technique et observation en compétition. Les trois parties doivent être complétées pour qu'une classification soit complétée.
- **Classification VI** – l'évaluation est effectuée par un ophtalmologue
- **Classification II** – l'évaluation est effectuée par un psychologue ou un psychiatre et un expert technique

CLASSES SPORTIVES

Les noms des classes sportives en natation se composent d'un préfixe "S", "SM", ou "SB" et d'un chiffre. Les préfixes désignent l'épreuve et le chiffre indique la classe sportive à laquelle l'athlète participe dans l'épreuve respective.

Les préfixes signifient:

- S: les épreuves de style libre, papillon et dos
- SB: brasse
- SM: QNI

CLASSES SPORTIVES 1-10: DÉFICIENCE PHYSIQUE

Il y a 10 classes sportives différentes pour les athlètes ayant une déficience physique, numérotées de 1 à 10. Un chiffre plus bas indique une limite d'activité plus grave qu'un chiffre plus haut.

Les athlètes ayant différentes déficiences participent les uns contre les autres. L'impact de leur déficience sur la performance pour nager, toutefois, est semblable.

Ce qui suit donne des exemples pour les déficiences décrites dans chaque portrait de classe sportive:

S1 SB1 SM1

Les nageurs dans cette classe sportive ont une perte importante de puissance musculaire ou de contrôle dans leurs jambes, leurs bras et leurs mains. Des athlètes ont aussi un contrôle limité du tronc, comme cela peut se produire avec la tétraplégie. Ces déficiences peuvent être causées par des blessures à la moelle épinière ou la polio. Les nageurs dans cette classe utilisent habituellement un fauteuil roulant dans la vie quotidienne.

S2 SB1 SM2

Les nageurs dans cette classe sportive sont capables d'utiliser leurs bras sans leurs mains, leurs jambes ou leur tronc ou ont de graves problèmes de coordination dans les quatre membres. Comme dans la classe sportive S1 SB1 SM1, les athlètes participent principalement seulement dans les épreuves de dos.

S3 SB2 SM3

Cette classe sportive inclut les athlètes avec des amputations dans les quatre membres. Les nageurs avec des mouvements raisonnables de bras mais qui n'utilisent pas leurs jambes ou leur tronc et les nageurs ayant de graves problèmes de coordination dans tous les membres sont aussi inclus dans cette classe sportive.

S4 SB3 SM4

Les nageurs qui peuvent utiliser leurs bras et qui ont une faiblesse minimale dans leurs mains, mais qui ne peuvent pas utiliser leur tronc ou leurs jambes. Les athlètes avec des amputations dans trois membres nagent aussi dans cette catégorie sportive.

S5 SB4 SM5

Les nageurs de petite stature et une autre déficience, avec la perte de contrôle d'un côté de leur corps (hémiplégie) ou avec de la paraplégie participent à cette classe sportive.

S6 SB5 SM6

Cette classe sportive inclut les nageurs de petite stature, les amputations aux deux bras ou des problèmes modérés de coordination d'un côté de leur corps.

S7 SB6 SM7

Ce portrait est conçu pour les athlètes avec une amputation d'une jambe et d'un bras de côtés opposés, une double amputation des jambes ou une paralysie d'un bras et d'une jambe d'un même côté. De plus, les nageurs avec un plein contrôle des bras et du tronc et une certaine fonction des jambes peuvent participer dans cette classe.

S8 SB7 SM8

Les nageurs qui ont perdu soit les deux mains soit un bras sont admissibles pour participer dans cette classe sportive. Aussi, les athlètes avec de graves restrictions dans les articulations des membres inférieurs peuvent participer dans cette classe sportive.

S9 SB8 SM9

Les athlètes dans cette classe sportive avec des restrictions dans les articulations dans une jambe, une double amputation sous le genou ou une amputation d'une jambe.

S10 SB9 SM10

Cette classe décrit les déficiences minimales des nageurs admissibles avec une déficience physique. Les déficiences admissibles seraient la perte d'une main ou des deux pieds et une fonction limitée importante d'une articulation de la hanche.

CLASSES SPORTIVES 11-13: DÉFICIENCE VISUELLE

Les nageurs avec une déficience visuelle participent dans les classes sportives 11-13, avec 11 signifiant une perte complète ou presque complète de la vue et 13 décrivant une déficience visuelle admissible minimale. Les athlètes dans la classe sportive 11 participent avec des lunettes noircies.

CLASSE SPORTIVE 14: DÉFICIENCE INTELLECTUELLE

Les nageurs ayant une déficience intellectuelle qui respectent aussi les critères spécifiques au sport participant dans la classe sportive 14.



ABOUT SWIMMING CANADA

Swimming Canada serves as the national governing body of competitive swimming. We inspire Canadians through world leading performances to embrace a lifestyle of swimming, sport, fitness and health. Canadians are global leaders in high performance swimming and development for both able-bodied swimmers and swimmers with a disability. Swimming is recognized as one of the most celebrated and successful Canadian summer Olympic and Paralympic sports.

CORE VALUES

Deriving from the same set of values that our athletes and coaches are expected to adhere to, Swimming Canada has adopted key corporate values which will define and crystallize its approach and behavior.

These values are described as follows

EXCELLENCE & PROFESSIONALISM

Everyone delivers peak performance and proactively seizes the opportunities that come from change in the quest for continuous improvement. It is not only up to the national coaching staff or the national centres or the athletes to win medals and go for gold. Everyone shares in this responsibility, including the Board, staff, volunteers, clubs, provinces and territories. We must all strive for excellence with a “no excuses” policy.

RESPECT

We value respect as integral to our culture. By collaborating, proactively communicating and cooperating with our swimming community and stakeholders, we promote and build on this value for the betterment of our sport, our people and our society.

INTEGRITY

Swimming Canada is committed to honest and honourable delivery of its programs, services and activities.

COMMITMENT

Commitment is emotional, intellectual and requires a steadfast purpose. It is the alignment of our personal goals with those of the organization that will make us successful. We bring energy, passion and a commitment to win so that the organization will be successful; everyone contributes 100%.

ACCOUNTABILITY

We are all accountable and directed towards peak performance. We each take responsibility, are open to systemic evaluation and live up to our commitments.

À PROPOS DE NATATION CANADA

Natation Canada fait office d'organe directeur de la natation compétitive au pays. Nous inspirons les Canadiens et les Canadiennes par nos performances de calibre mondial à adopter un mode de vie sain par le biais de la natation, le sport, la condition physique et la santé. La fédération comprend 75 000 membres et 400 clubs de natation partout au pays. Les Canadiens sont des chefs de file mondiaux au niveau de la nage de haute performance et du développement d'athlètes réguliers et d'athlètes avec un handicap. La natation est l'un des sports olympiques et paralympiques d'été canadiens les plus appréciés et les plus médaillés.

VALEURS DE BASE

Découlant du même ensemble de valeurs qu'on s'attend à ce que nos athlètes et entraîneurs respectent, Natation Canada a adopté des valeurs corporatives importantes qui définiront et cristallisieront son approche et son comportement.

Ces valeurs sont décrites ci-dessous

EXCELLENCE ET PROFESSIONNALISME

Tous fournissent une performance maximale et saisissent les occasions qu'apporte le changement dans le but de sans cesse s'améliorer. Il ne revient pas seulement au personnel entraîneur de l'équipe nationale, aux centres nationaux ou aux athlètes de remporter des médailles et de viser l'or. La responsabilité incombe à chacun, tant les membres du conseil d'administration, le personnel, les officiels, les bénévoles et les clubs, que les provinces et les territoires. Nous devons tous nous efforcer d'atteindre l'excellence et adopter une politique n'admettant aucune excuse.

RESPECT

Nous accordons une grande importance au respect qui fait partie intégrante de notre culture. Par notre collaboration, notre communication proactive et notre coopération avec la communauté et les intervenants de la natation, nous promouvons cette valeur et la mettons de l'avant pour améliorer notre sport, nos gens et notre société.

INTÉGRITÉ

Nous sommes engagés à offrir des programmes, services et activités de façon honnête et responsable.

ENGAGEMENT

Nous estimons que l'engagement, tant sur le plan tant émotionnel qu'intellectuel, exige des buts stables. Nous réussirons si nous parvenons à harmoniser nos objectifs personnels avec les buts de l'organisation. Nous offrons notre dynamisme, notre passion et notre détermination à gagner pour que l'organisation connaisse un franc succès; tous contribuent à 100%.

RESPONSABILISATION

Nous sommes tous redevables et devons viser une performance maximale. Chacun de nous doit assumer ses responsabilités, être ouvert à une évaluation systémique et respecter ses engagements.

EVENT ORDER | L'ORDRE DES ÉPREUVES

SEPTEMBER 9 SEPTEMBRE DAY JOUR 1	SEPTEMBER 10 SEPTEMBRE DAY JOUR 2	SEPTEMBER 11 SEPTEMBRE DAY JOUR 3	SEPTEMBER 12 SEPTEMBRE DAY JOUR 4
M 400m Freestyle S6 W 400m Freestyle S6 M 100m Breaststroke SB4 W 100m Breaststroke SB4 M 100m Freestyle S8 W 100m Freestyle S8 M 200m Freestyle S14 W 200m Freestyle S14 M 50m Freestyle S11 W 50m Freestyle S11 M 100m Freestyle S9 W 100m Freestyle S9 M 100m Backstroke S12 W100m Backstroke S12 M 50m Freestyle S5 W 50m Freestyle S5 M 50m Freestyle S10 W 50m Freestyle S10 M 400m Freestyle S13 W 400m Freestyle S13 M 50m Breaststroke SB2 M 50m Butterfly S7 W 50m Butterfly S7 M 100m Breaststroke SB5 W 100m Breaststroke SB5	M 200m Freestyle S5 W 200m Freestyle S5 (1-5) M 100m Backstroke S9 W 100m Backstroke S9 M 100m Backstroke S8 W 100m Backstroke S8 Me 100m Freestyle S6 W 100m Freestyle S6 M 200m Ind Medley SM10 W 200m Ind Medley SM10 M 100m Butterfly S12 M 100m Backstroke S14 W 100m Backstroke S14 M 100m Backstroke S13 M 100m Freestyle S4 (S1-4) W 100m Freestyle S4 M 400m Freestyle S7 M 100m Backstroke S13 W 100m Backstroke S13 M 100m Backstroke S11 W 100m Backstroke S11 MX 4 x 50m Medley 20pts	M 100m Backstroke S2 (S1-2) W 100m Backstroke S2 (S1-2) M 100m Butterfly S8 W 100m Butterfly S8 M 200m Ind Medley SM6 (SM5-6) W 200m Ind Medley SM6 M 100m Breaststroke SB14 W 100m Breaststroke SB14 M 150m Ind Medley SM4 M 150m Ind Medley SM4 (SM1-4) M 50m Freestyle S12 W 50m Freestyle S12 M 100m Butterfly S9 W 100m Butterfly S9 M 100m Breaststroke SB11 W 100m Breaststroke SB11 M 400m Freestyle S10 W 400m Freestyle S10 M 100m Breaststroke SB7 W 100m Breaststroke SB7 M 100m Freestyle S13 W 100m Freestyle S13 W 100m Freestyle S13 MX 4 x 50m Freestyle 20pts	M 100m Breaststroke SB12 W 100m Breaststroke SB12 M100m Backstroke S7 W 100m Backstroke S7 M 100m Freestyle S10 W 100m Freestyle S10 M 100m Breaststroke SB13 W 100m Breaststroke SB13 M 50m Butterfly S5 W 50m Butterfly S5 M 50m Backstroke S3 W 50m Backstroke S3 M 50m Backstroke S4 W 50m Backstroke S4 M 200m Freestyle S2 (S1-2) M 200m Ind Medley SM11 W 200m Ind Medley SM11 M 400m Freestyle S8 Ws 400m Freestyle S8 M 100m Backstroke S6 W 100m Backstroke S6 W 200m Ind Medley SM5 MX 4 x 100m Freestyle S14
SEPTEMBER 13 SEPTEMBRE DAY JOUR 5			
SEPTEMBER 14 SEPTEMBRE DAY JOUR 6			
M 400m Freestyle S9 W 400m Freestyle S9 M 200m Ind Medley SM7 W 200m Ind Medley SM7 M 100m Butterfly S10 W 100m Butterfly S10 M 50m Freestyle S8 W 50m Freestyle S8 M 50m Freestyle S6 W 50m Freestyle S6 M 200m Ind Medley SM13 W 200m Ind Medley SM13 M 100m Freestyle S12 W 100m Freestyle S12 M 50m Freestyle S4 W 50m Freestyle S4 (S1-4) M 50m Backstroke S2 (S1-2) W 50m Backstroke S2 (S1-2) M 100m Freestyle S11 W 100m Freestyle S11 M 4 x 100 Medley 34pts W 4 x 100 Medley 34pts	M 100m Breaststroke SB9 W 100m Breaststroke SB9 M 100m Butterfly S13 W 100m Butterfly S13 M 150m Ind Medley SM3 (SM1-3) M 50m Backstroke S5 W 50m Backstroke S5 M 200m Ind Medley SM14 W 200m Ind Medley SM14 M 200m Ind Medley SM8 W 200m Ind Medley SM8 M 100m Butterfly S11 M 200m Freestyle S4 M 100m Freestyle S7 W 100m Freestyle S7 M 200m Ind Medley SM9 W 200m Ind Medley SM9 M 50m Butterfly S6 W 50m Butterfly S6 M 100m Backstroke S10 M50m Freestyle S3 (S1-3) M 100m Backstroke S10 W 100m Backstroke S10 MX 4 x 100m Freestyle 49pts	M 100m Breaststroke SB6 W 100m Breaststroke SB6 M 100m Breaststroke SB8 W 100m Breaststroke SB8 M 100m Butterfly S14 W 100m Butterfly S14 M 50m Breaststroke SB3 W 50m Breaststroke SB3 (SB1-3) M 50m Freestyle S13 W 50m Freestyle S13 M 50m Freestyle S7 W 50m Freestyle S7 M 50m Freestyle S9 W 50m Freestyle S9 M 400m Freestyle S11 W 400m Freestyle S11 M 100m Freestyle S5 W 100m Freestyle S5 M 200m Freestyle S3 W 100m Freestyle S3 (S1-3) M 4 x 100 Freestyle 34pts W 4 x 100 Freestyle 34pts	

M-Men (Hommes), W-Women (Femmes), MX-Mixed

EVENT ENTRIES | LES INSCRIPTIONS

SWIMMER NAGEUR	EVENT ÉPREUVE	ENTRY TIME HEURE D'ENTRÉE	DATE
BERUBE Camille	W 100 m Backstroke S7 W 100 m Breaststroke SB6 W 50 m Butterfly S7 W 200 m Individual Medley SM7	01:24.02 (Edmonton, Canada) 01:44.59 (Edmonton, Canada) 00:40.58 (Toronto, Canada) 03:07.97 (Montreal, Canada)	2018-07-19 2018-07-18 2019-04-05 2018-04-07
BIRD Morgan	W 50 m Freestyle S8 W 100 m Freestyle S8 W 400 m Freestyle S8 W 100 m Butterfly S8	00:31.53 (Edmonton, Canada) 01:09.76 (Gold Coast, Australia) 05:23.19 (Cairns, Australia) 01:23.50 (Edmonton, Canada)	2018-07-22 2018-04-08 2018-08-09 2018-07-21
CABRAJA Matthew	M 50 m Freestyle S11 M 100 m Freestyle S11 M 400 m Freestyle S11 M 100 m Backstroke S11 M 200 m Individual Medley SM11	00:27.83 (Toronto, Canada) 01:03.64 (Toronto, Canada) 05:04.10 (Etobicoke, Canada) 01:16.18 (Toronto, Canada) 02:52.17 (Lignano Sabbiadoro, Italy)	2019-04-07 2019-04-04 2019-03-01 2019-04-03 2019-06-01
DORRIS Danielle	W 100 m Backstroke S8 W 100 m Butterfly S8 W 200 m Individual Medley SM8	01:23.59 (Cairns, Australia) 01:18.20 (Cairns, Australia) 02:59.62 (Cairns, Australia)	2018-08-12 2018-08-13 2018-08-11
DUCHESNE Sabrina	W 100 m Freestyle S7 W 400 m Freestyle S7 W 50 m Butterfly S7 W 200 m Individual Medley SM7	01:16.45 (Cairns, Australia) 05:29.84 (Berlin, Germany) 00:39.03 (Toronto, Canada) 03:19.87 (Copenhagen, Denmark)	2018-08-10 2019-06-08 2019-04-05 2018-03-04
ELLIOT Alexander	M 50 m Freestyle S10 M 400 m Freestyle S10 M 200 m Individual Medley SM10	00:25.37 (Quebec City, Canada) 04:07.69 (Toronto, Canada) 02:14.61 (Toronto, Canada)	2019-04-14 2019-04-05 2019-04-07
ENS Nikita	W 50 m Freestyle S4 W 100 m Freestyle S3 W 50 m Backstroke S3 W 150 m Individual Medley SM4	01:14.54 (Winnipeg, Canada) 02:39.97 (Toronto, Canada) 01:15.37 (Winnipeg, Canada) 04:38.50 (Toronto, Canada)	2019-07-05 2019-04-04 2019-07-07 2019-04-07
KISSER Danielle	W 100 m Backstroke S6 W 100 m Breaststroke SB6	01:43.57 (Cairns, Australia) 01:47.00 (Toronto, Canada)	2018-08-12 2019-04-06
LEROUX James	M 100 m Breaststroke SB9	1:09.24 (Toronto, Canada)	2019-04-06
MORRIER Justine	W 100 m Backstroke S14 W 100 m Breaststroke SB14 W 100 m Butterfly S14 S14	01:17.80 (Cairns, Australia) 01:24.04 (Edmonton, Canada) 01:12.74 (Edmonton, Canada)	2018-08-12 2018-07-18 2018-07-21
NEWKIRK Shelby	W 50 m Freestyle S7 W 100 m Freestyle S7 W 100 m Backstroke S7 W 100 m Breaststroke SB6	00:34.22 (Winnipeg, Canada) 01:14.62 (Victoria, Canada) 01:19.99 (Toronto, Canada) 01:48.94 (Berlin, Germany)	2019-07-05 2018-04-13 2019-04-03 2018-06-07
RIVARD Aurelie	W 50 m Freestyle S10 W 100 m Freestyle S10 W 400 m Freestyle S10 W 100 m Backstroke S10	00:27.72 (Cairns, Australia) 00:59.45 (Cairns, Australia) 04:29.27 (Cairns, Australia) 01:10.13 (Cairns, Australia)	2018-08-13 2018-08-10 2018-08-09 2018-08-12
ROUTLIFFE Tess	W 100 m Freestyle S7 W 100 m Backstroke S7 W 100 m Breaststroke SB7 W 50 m Butterfly S7 S7 0 MQS W 200 m Individual Medley SM7	01:14.40 (Cairns, Australia) 01:31.43 (Glasgow, Great Britain) 01:32.71 (Cairns, Australia) 00:36.80 (Cairns, Australia) 03:01.51 (Cairns, Australia)	2018-08-10 2019-04-27 2018-08-09 2018-08-12 2018-08-11
ROXON Katarina	W 100 m Freestyle S9 W 100 m Breaststroke SB8 W 200 m Individual Medley SM9	01:07.10 (Edmonton, Canada) 01:25.75 (Gold Coast, Australia) 02:44.83 (Cairns, Australia)	2018-07-19 2018-04-09 2018-08-11
TRIPP Abi	W 50 m Freestyle S8 W 100 m Freestyle S8 W 100 m Breaststroke SB7	00:32.49 (Gold Coast, Australia) 01:09.43 (Gold Coast, Australia) 01:32.51 (Edmonton, Canada)	2018-04-10 2018-04-08 2018-07-18
TURBIDE Nicolas Guy	M 50 m Freestyle S13 M 100 m Backstroke S13 M100 m Butterfly S13 M 200 m Individual Medley SM13	00:25.18 (Cairns, Australia) 00:59.28 (Cairns, Australia) 01:00.82 (Cairns, Australia) 02:15.03 (Cairns, Australia)	2018-08-13 2018-08-12 2018-08-13 2018-08-11
VAN WYCK-SMART Aly	W 100 m Freestyle S3 W 50 m Backstroke S2 W 100 m Backstroke S2	02:43.59 (TORONTO, Canada) 01:20.50 (Etobicoke, Canada) 02:43.89 (TORONTO, Canada)	2019-06-29 2019-03-03 2019-06-30
ZONA Zach	M 400 m Freestyle S8 M 200 m Individual Medley SM8	04:42.05 (Toronto, Canada) 02:38.90 (Cairns, Australia)	2019-04-05 2018-08-11



WORLD PARA SWIMMING CHAMPIONSHIPS TEAM



L'ÉQUIPE DES
CHAMPIONNATS
DU MONDE DE
PARANATATION



CAMILLE BÉRUBÉ

BIRTHDATE | DATE DE NAISSANCE: 1995-05-21

HEIGHT | TAILLE: 146 cm

HOMETOWN | VILLE NATALE: Gatineau, QC

RESIDENCE | RÉSIDENCE: Gatineau, QC

CLUB: Natation Gatineau

COACH | ENTRAÎNEUR: Craig McCord

PAST COACHES | ANCIENS ENTRAÎNEURS:

Dave Heinbuch, Mike Thompson

SPORT CLASS | CLASSE SPORTIVE: S7SB6SM7

- At the Rio 2016 Paralympic Games, Bérubé finished 9th in the 100-m breaststroke.
- Berube won three medals at the 2015 Toronto Parapan Am Games: Silver in the 100-m backstroke, and bronze in both the 200-m IM and 100-m breaststroke.
- At the 2019 Canadian Swimming Trials in Toronto, Bérubé claimed four multi-class medals, including silver in the 100-m backstroke and bronze in the 50-m butterfly, 100-m breaststroke and 200-m individual medley. She also set a personal best time in the 50-m butterfly.
- In 2014, Berube lowered her Canadian record in the 100-m backstroke for the eighth time in five years at the Pan Pacific Para-swimming Championships, the biggest event of the year, held in Pasadena, Calif.
- In addition, Bérubé used her backstroke skills to lead off Canada's bronze medal performance in the 4x100-m medley relay.
- At the 2013 IPC World Championships, she reached the final in her four events. She was seventh in the 200-m individual medley (improving her personal best time by seven seconds), the 400-m freestyle and 100-m freestyle.

- Bérubé was one of Canada's busiest swimmers at the 2012 Paralympics in London, competing in five events. She was 11th in the 100-metre backstroke, 200-m individual medley and 400-m freestyle as well as 15th in the 100-m butterfly and 16th in the 100-m freestyle.

- In 2011, she showed she was a strong contender for the 2012 Paralympic team, reaching three finals and winning a silver medal in the 100-m backstroke at the Pan Pacific Para-swimming Championships.
- She has an impairment in both legs after she was diagnosed with cancer when she was born.
- Sister Noemi Bérubé was a national cross-country ski champion.
- Graduated from the University of Ottawa in 2017 with a degree in Communications and a minor in Women's Studies.

- Aux Jeux paralympiques de Rio 2016, Bérubé a terminé 9e au 100 m brasse.
- Elle a remporté 3 médailles aux championnats parapanaméricains 2015 à Toronto : l'argent au 100 m dos et le bronze au 200 m QNI et 100 m brasse.
- Aux Essais canadiens de natation 2019 à Toronto, Bérubé a remporté quatre médailles multicatégories, dont l'argent au 100 m dos et le bronze au 50 m papillon, au 100 m brasse et au 200 m quatre nages individuel. Elle a également établi un record personnel au 50 m papillon.
- En 2014 Bérubé a abaissé son record canadien au 100 m dos pour la huitième fois en cinq ans aux championnats para-pan-pacifiques de natation, la plus grosse compétition de l'année, présentée à Pasadena, Calif.
- De plus, Bérubé a utilisé son talent de dossiste pour conduire le Canada à la médaille de bronze au relais 4x100m QN.
- Aux championnats du monde de l'IPC 2013, elle s'est qualifiée pour les finales dans ses épreuves. Elle a terminé septième au 200m QNI (améliorant son record personnel par sept secondes), au 400 m libre et au 100 m libre.
- Bérubé a été une des nageuses les plus occupées du Canada aux Jeux paralympiques de 2012 à Londres, en participant à cinq épreuves. Elle a terminé 11e au 100 m dos, 200 m QNI et 400 m libre, ainsi que 15e au 100 m papillon et 16e au 100 m libre.
- En 2011, elle a montré qu'elle était une candidate sérieuse pour l'équipe paralympique de 2012, se qualifiant pour trois finales et gagnant une médaille d'argent au 100 m dos aux championnats para-pan-pacifiques de natation.
- Elle a un handicap aux deux jambes après avoir reçu un diagnostic de cancer quand elle est née.
- Sa soeur Noémi Bérubé a été championne nationale de ski de fond.
- Elle a obtenu un baccalauréat en communication ainsi qu'une mineure en étude des femmes de l'université d'Ottawa en 2017.

QUICK FACTS | EN BREF

TWITTER: @CamBrub

INSTAGRAM: @camillebrubs

FAVOURITE MOVIE | FILM FAVORI: Intouchables

FAVOURITE BOOK | LIVRE FAVORI: Brilliant Imperfection by Eli Clare

FAVOURITE TV SHOWS | ÉMISSIONS FAVORITES: One Tree Hill, Atypical

FAVOURITE ACTRESS | ACTRICE FAVORITE: Emma Stone



MORGAN BIRD

BIRTHDATE | DATE DE NAISSANCE: 1993-09-06

HEIGHT | TAILLE: 163 cm

HOMETOWN | VILLE NATALE: Calgary, AB

RESIDENCE | RÉSIDENCE: Montréal, QC

CLUB: CHP-Québec

COACH | ENTRAÎNEUR: Mike Thompson

PAST COACHES | ANCIENS ENTRAÎNEURS: Wendy Johnson, Kristina Crook, Chris Tobin, Karen Fahrni

SPORT CLASS | CLASSE SPORTIVE: S8SB8SM8

- At the Rio 2016 Paralympic Games, Bird made the finals in two events, her best result being a 5th-place finish in the 100-m freestyle.
- Bird also competed in the 50-m freestyle (7th), 200-m individual medley (10th) and the 400-m freestyle (10th).
- Her time in the 50 free was also a Canadian record.
- She contributed to 5th-place finishes in the 4x100-m medley relay and 34pts 4x100-m freestyle relay, both in Canadian record time.
- At the 2019 Canadian Swimming Trials in Toronto, Bird earned a pair of multi-class medals, including silver in the 50-m freestyle and bronze in the 400-m freestyle.
- Named Alberta's female para-swimmer of the year in 2015
- Won gold in the 50-m and 400-m freestyle and silver in 100-m freestyle at the 2015 Parapan Am Games.
- Swam four individual events and two relays at 2015 IPC Swimming World Championships in Glasgow, Scotland. Her best results were a 4th in 100-m freestyle and 5th in 100-m butterfly.
- At the 2014 Pan Pacific Para- swimming Championships in Pasadena, Calif. Bird collected a silver in the 50-m freestyle and bronze in the 100-m freestyle.
- Bird made her international podium breakthrough at the 2013 IPC World Championships in Montreal. She competed in five events, earning two silver medals

and reaching the finals in the other three. Bird took second in the 50-m freestyle and helped Canada to a surprise runner-up finish in the 4x100 freestyle relay. She was also fourth in the 100-m freestyle, fifth in the 400-m freestyle and sixth in the 100-m butterfly.

- Bird was part of Canada's impressive youth movement at the London 2012 Paralympic Games. She reached finals in three of her four individual events
- She assured her spot on the 2012 Paralympic team with several strong performances at the trials including a national mark in the 400-m freestyle.
- She was born with cerebral palsy, the condition affects the left side of her body

• Aux Jeux paralympiques de Rio 2016, Bird a participé à deux finales, son meilleur résultat fut une 5e place au 100 m libre.

• Bird a aussi participé au 50 m libre (7e), au 200 m QNI (10e) et au 400 m libre (10e).

• Elle a abaissé le record canadien au 50 m libre.

• Elle a participé à la 5e place du relais QN et du relais libre 34 points, les deux ayant abaissé le record canadien.

• Aux Essais canadiens de natation 2019 à Toronto, Bird a remporté deux médailles multicatégories, incluant l'argent au 50 m libre et le bronze au 400 m libre.

• Elle a remporté l'or au 50 m et 400 m crawl, l'argent au 100 m dos et le bronze au 200m QNI et au 100 m brasse aux championnats parapanaméricains.

• Elle a disputé quatre épreuves individuelles et deux relais aux championnats du monde IPC 2015 à Glasgow en Écosse. Son meilleur résultat a été une 4e place au 100 m libre et une 5e au 100 m papillon.

• Bird a récolté une médaille d'argent au 50 m libre et une de bronze au 100 m libre.

• Bird a décroché son billet pour les deux compétitions en terminant deuxième au 50 m libre et au 100 m papillon aux championnats Can-Am de paranatation Speedo en mars.

• Bird a fait sa percée internationale aux championnats du monde de l'IPC 2013 à Montréal. Elle a participé à cinq épreuves, méritant deux médailles d'argent et se qualifiant pour les finales dans les trois autres. Bird a terminé deuxième au 50 m libre et a aidé le Canada à obtenir une deuxième place surprise au relais 4x100 libre. Elle a aussi terminé quatrième au 100 m libre, cinquième au 400 m libre et sixième au 100 m papillon. Sauf au 400 m libre, toutes les courses ont été des records canadiens.

• Elle s'est assuré sa place dans l'équipe paralympique de 2012 avec plusieurs solides performances aux essais, incluant une marque nationale au 400 m libre.

• Elle est née avec une paralysie cérébrale qui affecte le côté gauche de son corps.



QUICK FACTS | EN BREF

INSTAGRAM: @birdie_993

TWITTER: @Birdie993

FAVOURITE MOVIE | FILM FAVORI: Beauty and the Beast (2017)

FAVOURITE BOOK | LIVRE FAVORI: The Hate U Give

FAVOURITE TV SHOW | ÉMISSION FAVORITE: Million Little Things

FAVOURITE ACTOR | ACTEUR FAVORI: Ryan Reynolds



MATTHEW CABRAJA

BIRTHDATE | DATE DE NAISSANCE: 2002-05-10

HEIGHT | TAILLE: 185 cm

HOMETOWN | VILLE NATALE: Brampton, ON

RESIDENCE | RÉSIDENCE: Woodbridge, ON

CLUB: Cobra Swim Club

COACH | ENTRAÎNEUR: Ian Roopnarine

PAST COACH | ANCIEN ENTRAÎNEUR: -

SPORT CLASS | CLASSE SPORTIVE: S11SB11SM11

- Is an avid guitar player who entertains his teammates on the road

- Aux Championnats para-pan-pacifiques 2018 à Cairns, Cabraja a remporté l'argent au 100 m dos S11. Il a aussi décroché le bronze au 50 m libre S11 et au 200 m QNI SM11.
- Aux Essais canadiens de natation 2019 à Toronto, Cabraja a remporté deux médailles multicatégories, dont l'argent au 100 m libre et le bronze au 50 m libre. Il a également établi des records personnels dans quatre épreuves, dont le 50 m libre, le 100 m libre, le 100 m papillon et le 100 m dos.
- Aux Essais canadiens de natation 2018, Cabraja a décroché le bronze au 50 m libre multicatégories. Sa performance lui a permis de se qualifier pour les Championnats para-pan-pacifiques à Cairns, sa première équipe nationale senior.
- Aux Jeux du Canada 2017, Cabraja a remporté l'argent au 100 m dos.
- Il adore jouer de la guitare et divertie ses coéquipiers sur la route.

- At the 2018 Pan Pacific Para Swimming Championships in Cairns, Cabraja earned a silver medal in the 100-m backstroke S11. He also captured bronze in the 50-m freestyle S11 and the 200-m individual medley SM11.
- At the 2019 Canadian Swimming Trials in Toronto, Cabraja claimed a pair of multi-class medals, including silver in the 100-m freestyle and bronze in the 50-m freestyle. He also set personal best times in four events, including the 50-m freestyle, 100-m freestyle, 100-m butterfly and 100-m backstroke.
- At the 2018 Canadian Swimming Trials, Cabraja took home bronze in the Para multi-class 50-m freestyle. His overall performance earned him a spot on the Pan Pacific Para Swimming Championships team, his first senior national team.
- At the 2017 Canada Summer Games, Cabraja earned a silver in the 100-m backstroke.

QUICK FACTS | EN BREF

FAVOURITE SINGER | CHANTEUR FAVORI: Keith Urban

MUSIC BEHIND THE BLOCKS | MUSIQUE DERRIÈRE LES BLOCS: Country

FAVOURITE PLACE TO VISIT | ENDROIT À VISITER: Croatia

GUILTY PLEASURE | PLAISIR COUPABLE: Ice Cream

OTHER INTERESTS | AUTRES INTÉRÊTS: Racing RC Cars



AURÉLIE RIVARD



ABI TRIPP



KATARINA ROXON



DANIELLE DORRIS

BIRTHDATE | DATE DE NAISSANCE: 2002-09-22

HEIGHT | TAILLE: 156 cm

HOMETOWN | VILLE NATALE: Moncton, NB

RESIDENCE | RÉSIDENCE: Moncton, NB

CLUB: Club Natation Bleu et Or

COACH | ENTRAÎNEUR: Ryan Allen

PAST COACH | ANCIEN ENTRAÎNEUR: -

SPORT CLASS | CLASSE SPORTIVE: S8SB8SM8

- At the Rio 2016 Paralympic Games, Dorris competed in both the 100-m butterfly and 100-m backstroke. She finished 10th and 15th in those events.
- She contributed to a 5th-place finish in the 4x100-m medley relay, in Canadian record time.
- Dorris was the youngest member of the entire 2016 Canadian Paralympic Team.
- At the 2018 Pan Pacific Para Swimming Championships, Dorris captured silver and broke the Canadian record in the 100-m backstroke S8. Dorris also earned bronze and set a Canadian record in the preliminaries of the 100-m butterfly S8. She earned two more bronze medals in the 200-m individual medley SM8 in a personal best time and was a part of the women's 4x100-m medley relay that took home bronze.
- At the 2019 Canadian Swimming Trials in Toronto, Dorris claimed a multi-class bronze medal in the 100-m butterfly.
- At the 2018 Canadian Swimming Trials, Dorris finished fourth and fifth in the Para multi-class 100-m butterfly and 100-m backstroke multi-class race.
- Her best result at the 2016 Olympic & Para-swimming Trials was a fourth in the multi-class 100-m butterfly.
- That ranked her 11th in the world in the S8 class, qualifying her for her first Paralympic Games.
- She started swimming at 10 and at 13 became the youngest member ever named to the Paralympic swimming team.

- She had a breakout performance earlier in 2016 when she swam under the world short-course record time in the 200-m butterfly. The competition was not approved by IPC for world record purposes, however the time stood as a Canadian record to go with her national marks in the 50 and 100.
- She was born with only a portion of her arms.
- Her personal motto to becoming a champion is to "get it done, do it fast and just have fun with it."
- She has a pre-race tradition of eating a Jolly Rancher after her father gave her one before a good performance.

-
- Aux Jeux paralympiques de Rio 2016, Dorris a participé au 100 m papillon et au 100 m dos. Elle a terminé en 10e et 15e place respectivement.
 - Elle a participé à la 5e place du relais QN 34 points qui a abaissé le record canadien.
 - Dorris était la plus jeune membre de l'ensemble de l'équipe canadienne paralympique 2016.
 - Aux Championnats para-pan-pacifiques 2018, Dorris a remporté la médaille d'argent et abaissé le record canadien au 100 m dos S8. Elle a aussi remporté le bronze et abaissé un record canadien lors des préliminaires au 100 m papillon S8. Elle a remporté deux médailles de bronze supplémentaires au 200 m QNI SM8 grâce à un meilleur temps personnel et au relais 4x100 m QN.
 - Aux Essais canadiens de natation 2019 à Toronto, Dorris a remporté une médaille de bronze multicatégories au 100 m papillon.
 - Aux Essais canadiens de natation 2018, Dorris a terminé 4e au 100 m papillon et 5e au 100 m dos multicatégories.
 - Son meilleur résultat lors des Essais des Jeux olympiques et de paranatation 2016, fut une 4e place au 100 m papillon multicatégories.
 - Ce résultat la classe 11e au monde dans la catégorie S8 et la qualifie pour ses premiers Jeux paralympiques.
 - Elle a commencé à nager à 10 ans, et à 13 ans elle devient la plus jeune membre de l'équipe paralympique de natation.
 - Elle a connu une performance extraordinaire plus tôt en 2016 lorsqu'elle a nagé sous le record du monde au 200 m papillon en petit bassin, la compétition n'était toutefois pas approuvée par IPC pour les records du monde, le temps est valide pour le record canadien. Elle possédait déjà les records au 50 m et 100 m.
 - À la naissance, il lui manquait une partie de ses bras.
 - Sa devise pour devenir une championne est : « Fait-le, fait-le rapidement et avec plaisir. »
 - Elle mange des Jolly Rancher avant une course depuis que son père lui en avait donné avant une bonne performance.



QUICK FACTS | EN BREF

FAVOURITE MOVIE | FILM FAVORI: Jurassic Park

FAVOURITE BOOK | LIVRE FAVORI: Harry Potter

FAVOURITE TV SHOW | ÉMISSION FAVORITE: The Umbrella Academy

FAVOURITE BAND | GROUPE FAVORI: Panic at the Disco

GUILTY PLEASURE | PLAISIR COUPABLE: Nibs



SABRINA DUCHESNE

BIRTHDATE | DATE DE NAISSANCE: 2001-04-17

HEIGHT | TAILLE: 160 cm

HOMETOWN | VILLE NATALE: St-Augustin, QC

RESIDENCE | RÉSIDENCE: St-Augustin, QC

CLUB: Rouge et Or

COACH | ENTRAÎNEUR: Johanne Girardin

PAST COACH | ANCIEN ENTRAÎNEUR: -

SPORT CLASS | CLASSE SPORTIVE: S7SB7SM7

- At the Rio 2016 Paralympic Games, Duchesne swam in five events, with her best result being a 9th-place finish in the 400-m freestyle.
- At the 2018 Pan Pacific Para Swimming Championships, Duchesne finished fourth in the 400-m freestyle S7 and sixth in the 100-m freestyle S7 and the 50-m butterfly S7 in a personal best time.
- At the 2019 Canadian Swimming Trials in Toronto, Duchesne picked up multi-class silver medals in the 50-m butterfly and 400-m freestyle. She set a personal best in the 50-m butterfly.
- Duchesne captured silver in the women's Para multi-class 50-m butterfly and the 400-m freestyle at the 2018 Canadian Swimming Trials.
- Her best result at the 2016 Olympic & Para-swimming Trials was a third in the multi-class 400-m freestyle. That ranked her 10th in the world in the S8 class, qualifying her for her first Paralympic Games.
- Won a bronze medal in the 400-m freestyle at the 2015 Parapan Am Games.
- Swam five events at the 2015 IPC Swimming World Championships in Glasgow, Scotland. She reached the final in the 200-m IM, finishing 7th.
- Duchesne was just 14 when she qualified for both the world championships and Parapan Am Games as the youngest member of both teams.

- At the 2015 Speedo Can Am Para-swimming Championships she reached five finals, finishing fourth in the 200-metre individual medley.
- Making the Paralympic Games was the highlight of her career.
- After her swimming career she would like to become a lawyer or criminologist.
- Youngest member of the 2015 Para-swimming team.

-
- Aux Jeux paralympiques de Rio 2016, Duchesne a participé à 5 épreuves, son meilleur résultat fut une 9e place au 400 m libre.
 - Aux Championnats para-pan-pacifiques 2018, Duchesne a pris la 4e place au 400 m libre S7 et la 6e place au 100 m libre S7 et 50 m papillon S7 avec un meilleur temps personnel.
 - Aux Essais canadiens de natation 2019 à Toronto, Duchesne a remporté des médailles d'argent multicitégories au 50 m papillon et au 400 m libre. Elle a enregistré un record personnel au 50 m papillon.
 - Aux Essais canadiens de natation 2018, Duchesne a décroché l'argent au 50 m papillon et au 400 m libre multicitégories.
 - Son meilleur résultat aux Essais olympiques et de paranatation 2016 a été une 3e place au 400 m libre multicitégories.
 - Elle a remporté le bronze au 400 m libre aux Jeux parapanaméricains.
 - Elle a participé à 5 épreuves aux championnats du monde IPC 2015 à Glasgow en Écosse. Elle a atteint la finale au 200 m QNI et terminé au 7e rang.
 - Elle n'avait que 14 ans lorsqu'elle s'est qualifiée pour les mondiaux et les Jeux parapanaméricains.
 - Elle n'avait que 14 ans lorsqu'elle s'est qualifiée pour les championnats du monde de natation de l'IPC 2015 et les Jeux parapanaméricains de Toronto. Elle était la plus jeune membre de ces deux équipes.
 - Aux championnats Can-Am de paranatation Speedo, elle a participé à cinq finales, terminant quatrième au 200m QNI.
 - Faire sa première équipe nationale a été le fait saillant de sa carrière
 - En dehors de la piscine, elle aime lire et jouer dehors avec son chien.
 - Après sa carrière en natation, elle aimerait devenir avocate ou criminologue.
 - La plus jeune membre de l'équipe de paranatation 2015.



QUICK FACTS | EN BREF

INSTAGRAM: @sabiduchesne

FAVOURITE MOVIE | FILM FAVORI: Hacksaw Ridge

FAVOURITE PLACE TO VISIT | ENDROIT FAVORI À VISITER: Hawaii

FAVOURITE TV SHOW | ÉMISSION DE TÉLÉVISION FAVORITE: Blind Spot

GUILTY PLEASURE | PLAISIR COUPABLE: Oreo McFlurry



ALEXANDER ELLIOT

BIRTHDATE | DATE DE NAISSANCE: 1996-07-05

HEIGHT | TAILLE: 175 cm

HOMETOWN | VILLE NATALE: Kitchener, ON

RESIDENCE | RÉSIDENCE: Québec, QC

CLUB: Rouge et Or Université Laval

COACH | ENTRAÎNEUR: Nicholas Perron

PAST COACH | ANCIEN ENTRAÎNEUR: Russ Franklin

SPORT CLASS | CLASSE SPORTIVE: S10SB9SM10

- At the Rio 2016 Paralympic Games, Elliot was busy as he competed in six events. His best result had him 4th in the 100-m butterfly.
- He swam in the finals of the 100-m backstroke (7th) and 50-m freestyle (8th). He also competed in the 100-m breaststroke (10th), 100-m freestyle (11th) and the 400-m freestyle (11th).
- He contributed to a Canadian record in the 34pts 4x100-m medley relay, which finished 7th.
- At the 2018 Pan Pacific Para Swimming Championships in Cairns, Elliot won gold medals in the 100-m backstroke S10, 100-m butterfly S10 and the 200-m individual medley SM10 in a personal best time. He also captured a silver medal in the 400-m freestyle S10.
- At the 2019 Canadian Swimming Trials in Toronto, Elliot piled up five multi-class medals (tying him for most among Para-swimming team members), including a team-high four gold (100-m freestyle, 400-m freestyle, 100-m butterfly, 200-m individual medley) as well as one silver (50-m freestyle). He set personal best times in the 100-m freestyle, 400-m freestyle and 200-m individual medley.
- Won five medals at the Parapan Am Games: Silver in the 400-m freestyle, Bronze in the 100-m breaststroke, 100-m butterfly, 200-m IM and 100-m backstroke.

- Elliot reached the final in five individual events at the 2015 IPC Swimming World Championships in Glasgow, Scotland, where he Finished 5th in 100-m backstroke and 6th in 100-m butterfly.
- In 2014, he earned a berth on his first Canadian team for the Pan Pacific Para-swimming Championships in Pasadena. He earned silver medals in the 400-m freestyle and 100-m butterfly as well as a bronze in the 100-m breaststroke. He was second to compatriot Nathan Stein in the 100-m fly as both went under Benoit Huot's national record.
- Elliot was born with a rare condition called syndactyly which limits the use of his hands and feet.

-
- Aux Jeux paralympiques de Rio 2016, Elliot fut très occupé avec six épreuves. Son meilleur résultat fut une 4e place au 100 m papillon.
 - Il a participé à la finale du 100 m dos (7e) et du 50 m libre (8e). Il a aussi participé au 100 m brasse (10e), au 100 m libre (11e) et au 400 m libre (11e).
 - Il a participé au relais 4x100 m QN de 34 points qui a réalisé un record canadien et terminé en 7e place.
 - Aux Championnats para-pan-pacifiques 2018 à Cairns, Elliot a remporté les médailles d'or au 100 m dos S10, 100 m papillon S10 et 200 m QNI SM10 avec un nouveau meilleur temps personnel. Il a aussi décroché l'argent au 400 m libre S10.
 - Aux Essais canadiens de natation 2019 à Toronto, Elliot a remporté cinq médailles multicatégories (à égalité en première place parmi les membres de l'équipe de paranatation), dont quatre d'or (100 m libre, 400 m libre, 100 m papillon, 200 m quatre nages individuel) et une d'argent (50 m libre). Il a établi des records personnels au 100 m libre, au 400 m libre et au 200 m QNI.
 - Il a remporté cinq médailles aux Jeux parapanaméricains 2015 à Toronto : l'argent au 400 m libre et le bronze au 100 m brasse, 100 m papillon, 200 m QNI et 100 m dos.
 - Il a atteint la finale dans cinq épreuves individuelles aux championnats du monde IPC 2015 à Glasgow en Écosse. Il a terminé en 5e position au 100 m dos et en 6e position au 100 m papillon.
 - En 2014, il a obtenu une place dans sa première équipe canadienne pour les championnats para-pan-pacifiques à Pasadena. Il a mérité des médailles d'argent au 400 m libre et 100 m papillon ainsi qu'une de bronze au 100 m brasse. Il a terminé deuxième derrière son compatriote Nathan Stein au 100 m papillon quand les deux ont nagé sous le record national de Benoît Huot.
 - Elliot est né avec un état rare appelé syndactylie qui limite l'utilisation de ses mains et de ses pieds.



QUICK FACTS | EN BREF

INSTAGRAM: @alec_elliot TWITTER: @alec_elliot

FAVOURITE MOVIE | FILM FAVORI: A Star is Born

FAVOURITE TV SHOW | ÉMISSION FAVORITE: The Office

OTHER SPORTS | AUTRE SPORT: Snowboarding



NIKITA ENS

BIRTHDATE | DATE DE NAISSANCE: 1988-10-19

HEIGHT | TAILLE: 185 cm

HOMETOWN | VILLE NATALE: Meadow Lake, SK

RESIDENCE | RÉSIDENCE: Saskatoon, SK

CLUB: Saskatoon Laser Swim Club

COACH | ENTRAÎNEUR: Eric Kramer

PAST COACH | ANCIEN ENTRAÎNEUR: -

SPORT CLASS | CLASSE SPORTIVE: S3SB2SM3

- When she was 25-years-old, prior to a car accident that left her a C5 paraplegic, Ens cycled across Canada in 32 days.

- Aux Championnats canadiens de natation 2019 à Winnipeg, Ens a établi des records canadiens S3 au 100 m libre et au 50 m dos.

- Au cours des trois mois qui ont suivi les Essais canadiens 2019, Ens a battu cinq de ses propres records nationaux : le 50 m dos S3 et le 100 m brasse SB3 à la compétition Lasers Invitational and Novice Saskatoon en mai, le 100 m libre S3 aux Championnats d'été de l'Ontario en juin, ainsi que le 50 m libre S3 et le 100 m dos S3 aux Championnats provinciaux ManSask en juillet.

- Aux Essais canadiens de natation 2019 à Toronto, Ens a établi des records canadiens au 50 m libre S3 et au 150 m trois nages individuel SM3. Elle a aussi réalisé ses meilleurs temps personnels au 100 m libre et au 50 m brasse. Elle a terminé la compétition avec trois médailles multicatégories : l'or au 50 m brasse, l'argent au 150 m trois nages individuel et le bronze au 50 m dos.

- À l'âge de 25 ans, avant un accident de voiture qui l'a rendue paraplégique C5, Ens a traversé le Canada à vélo en 32 jours.

• At the 2019 Canadian Swimming Championships in Winnipeg, Ens set a pair of S3 Canadian records in the 100-m freestyle and 50-m backstroke.

• Over a three-month period following the 2019 Canadian Trials, Ens shattered five of her own national records, including the 50-m backstroke S3 and the 100-m breaststroke SB3 at the Lasers Invitational and Novice Saskatoon in May, the 100-m freestyle S3 at the Ontario Summer Championships in June, as well as the 50-m freestyle S3 and 100-m backstroke S3 at the ManSask Provincial Championships in July.

• At the 2019 Canadian Swimming Trials in Toronto, Ens set Canadian records in both the 50-m freestyle S3 and 150-m individual medley SM3 and also posted personal-best times in the 100-m freestyle and 50-m breaststroke. She finished the meet with a trio of multi-class medals, including gold in the 50-m breaststroke, silver in the 150-m individual medley and bronze in the 50-m backstroke.

QUICK FACTS | EN BREF

FAVOURITE MOVIE | FILM FAVORI: The Count of Monte Cristo

FAVOURITE TV SHOW | ÉMISSION FAVORITE: Corner Gas

FAVOURITE BOOK | LIVRE FAVORI: The Bible

MUSIC BEHIND THE BLOCKS | MUSIQUE DERRIÈRE LES BLOCS: Grits

PRE-RACE MEAL | REPAS D'AVANT-COURSE: Tuna



DANIELLE KISSE

BIRTHDATE | DATE DE NAISSANCE: 1996-12-22

HEIGHT | TAILLE: 124 cm

HOMETOWN | VILLE NATALE: Delta, BC

RESIDENCE | RÉSIDENCE: Montreal, QC

CLUB: CHP-Québec

COACH | ENTRAÎNEUR: Mike Thompson

PAST COACHES | ANCIENS ENTRAÎNEURS:

Kurt Murphy, Mike Edey

SPORT CLASS | CLASSE SPORTIVE : S6SB6SM6

- At the 2013 IPC World Championships, Kisser finished fifth and seventh in the 100-m breaststroke and the 200-m individual medley.
- At the age of 14-year-old Kisser captured a bronze medal in the 100-m breaststroke at the 2011 Guadalajara Parapan Am Games.

- Aux Championnats para-pan-pacifiques 2018, Kisser a abaissé son propre record canadien et a décroché l'argent au 100 m dos S6. Elle a aussi remporté le bronze au 50 m libre S6.
- Aux Essais canadiens de natation 2019 à Toronto, Kisser a réalisé sa meilleure performance lors de la finale du 100 m brasse multicatégories, alors qu'elle a terminé au pied du podium, en quatrième position.
- Après avoir traité avec des blessures pendant trois ans, Kisser fait son retour sur l'équipe nationale en terminant 5e au 100 m brasse multicatégories lors des Essais canadiens de natation 2018
- Aux Can-Am 2015 à Bismarck aux États-Unis, Kisser a remporté l'or au relais 4x100 m QN et le bronze au 100 m dos et au 100 m brasse.
- En 2014, Kisser était membre de l'équipe des Championnats para-pan-pacifiques.
- Aux Championnats du monde de l'IPC 2013, Kisser a terminé 5e au 100 m brasse et 7e au 200 m QNI.
- À 14 ans, Kisser a remporté le bronze au 100 m brasse lors des Jeux parapanaméricains de 2012 à Guadalajara.

- At the 2018 Pan Pacific Para Swimming Championships, Kisser broke her own Canadian record and captured silver in the 100-m backstroke S6. She also captured bronze in the 50-m freestyle S6.
- At the 2019 Canadian Swimming Trials in Toronto, Kisser's best performance came in the 100-m breaststroke multi-class final, where she missed the podium by one spot.
- To make her return to the national team after dealing with injuries the previous three years, Danielle Kisser finished fifth in the women's multi-class 100-m breaststroke at the 2018 Canadian Swimming Trials.
- At the 2015 Can-Am open in Bismarck, USA, Kisser won gold in the women's 4x100-m medley relay, and bronze in the 100-m backstroke and 100-m breaststroke.
- In 2014, Kisser was a member of the Pan Pacific Para Swimming Championships team.

QUICK FACTS | EN BREF

INSTAGRAM: @dee_kisser

TWITTER: : @dee_kisser

FAVOURITE MOVIE | FILM FAVORI: Mamma Mia

FAVOURITE BOOK | LIVRE FAVORI: What's So Amazing About Grace

FAVOURITE ACTRICE | ACTRICE FAVORITE: Meryl Streep

FAVOURITE PLACE TO VISIT | ENDROIT À VISITER: The mountains



JAMES LEROUX

BIRTHDATE | DATE DE NAISSANCE: 1998-02-24

HEIGHT | TAILLE: 175 cm

HOMETOWN | VILLE NATALE: Repentigny, QC

RESIDENCE | RÉSIDENCE: Repentigny, QC

CLUB: CHP-Québec

COACH | ENTRAÎNEUR: Mike Thompson

PAST COACH | ANCIEN ENTRAÎNEUR:

Jeremy Bruggeman

SPORT CLASS | CLASSE SPORTIVE: NESB9NE

- At the Rio 2016 Paralympic Games, Leroux made the finals of the 100-m breaststroke, where he finished 7th in Canadian record time.
- He contributed to a Canadian record in the 34pts 4x100-m medley relay, which finished 7th.
- At the 2019 Canadian Swimming Trials in Toronto, Leroux broke his own SB9 Canadian record to win the men's multi-class 100-m breaststroke.
- Leroux was third in the multi-class 100-m breaststroke at the 2016 Olympic & Para-swimming Trials, with a time that ranked ninth in the world in the S9 class to qualify for his first Paralympic Games.
- Leroux won gold in the 100-m breaststroke and was part of the 4x100-m medley relay team that was second at the Parapan Am Games.
- Finished 7th in the 100-m breaststroke at the 2015 IPC Swimming World Championships in Glasgow, Scotland. He was a member of the 4x100-m medley relay that set a Canadian record.

- At the 2015 Speedo Can Am Para-swimming Championships Leroux won the SB9 100-metre breaststroke.
- At the 2014 Can Ams, Leroux won gold in the 50-m backstroke, freestyle and breaststroke plus the 100-m freestyle. He was second in the 50-m and 200-m breaststroke.

- Aux Jeux paralympiques de Rio 2016, Leroux a participé à la finale du 100 m brasse, où il a terminé en 7e position et réalisé un record canadien.
- Il faisait partie du relais 4x100 m QN de 34 points qui a réalisé un record canadien et terminé en 7e place.
- Aux Essais canadiens de natation 2019 à Toronto, Leroux a battu son propre record canadien SB9 lors de la finale multicités du 100 m brasse masculin, ce qui lui a permis de remporter la médaille d'or.
- Il a terminé 3e au 100 m brasse multicités aux Essais olympiques et de paranatation 2016. Avec cette performance, il se classe 9e au monde dans la catégorie S9 et se qualifie pour ses premiers Jeux paralympiques.
- Il a remporté la médaille d'or au 100 m brasse et était un membre du relais 4x100m qui a terminé au 2e rang aux Jeux parapanaméricains.

- Il a terminé 7e au 100 m brasse aux championnats du monde IPC 2015 à Glasgow en Écosse. Il faisait partie du relais 4x100 m QN qui a établi une nouvelle marque canadienne.
- Aux championnats Can-Am de paranatation Speedo, Leroux a gagné le 100 mètres brasse SB9.
- Aux championnats Can-Am 2014, Leroux a gagné les médailles d'or aux 50 m dos, libre et brasse en plus du 100 m libre.

• Il a terminé deuxième aux 50 m et 200 m brasse.

QUICK FACTS | EN BREF

INSTAGRAM: @james_leroux

FAVOURITE TV SHOW | ÉMISSION FAVORITE: Game of Thrones

FAVOURITE PLACE TO VISIT | ENDROIT À VISITER: Thailand

GUILTY PLEASURE | PLAISIR COUPABLE: McDonald's



JUSTINE MORRIER

BIRTHDATE | DATE DE NAISSANCE: 1997-05-20

HEIGHT | TAILLE: 159 cm

HOMETOWN | VILLE NATALE: St-Jean-sur-Richelieu, QC

RESIDENCE | RÉSIDENCE: St-Jean-sur-Richelieu, QC

CLUB: C.N. du Haut-Richelieu

COACH | ENTRAÎNEUR: France Latendresse

PAST COACH | ANCIEN ENTRAÎNEUR: Lyne Cote

SPORT CLASS | CLASSE SPORTIVE: S14SB14SM14

- Morrier won gold in the 100-m breaststroke S14 at the 2018 Pan Pacific Para Swimming Championships in Cairns. She also earned a bronze medal in the 100-m butterfly S14.
- At the 2019 Canadian Swimming Trials in Toronto, Morrier claimed a multi-class silver medal in the 100-m butterfly.
- At the 2018 Canadian Swimming Trials, Morrier set a Canadian SB14 record in the 100-m breaststroke and captured silver in the Para multi-class 100-m butterfly.
- At the 2017 Para-swimming Canadian Open, Morrier broke the Canadian record in the 100-m breaststroke.
- Morrier won gold in the 200-m IM and set a Canadian record at the 2015 Toronto Parapan Am Games. She also won gold in the 100-m breaststroke and bronze in the 100-m backstroke.
- Reached the final of two events at 2015 IPC Swimming World Championships in Glasgow, Scotland. Finished 6th in 100-m backstroke and 8th in 100-m breaststroke.
- Morrier emerged as one of Canada's top performers at the 2014 Pan Pacific Para-swimming

Championships in Pasadena, Calif. She won silver medals in the 50-m freestyle and 100-m breaststroke as well as a bronze in the 200-m individual medley in addition to reaching two other finals.

- At the 2013 Worlds held in Montreal, Morrier broke the Canadian record and placed eighth in the 100-m backstroke for swimmers with an intellectual impairment.
- Her other international experience includes a busy 2011, when she competed at the Special Olympics in Athens, the Global Games in Italy and the Pan Pacific Para-swimming Championships in Edmonton.
- Morrier was Canada's flag bearer in the opening ceremonies at the Global Games.
- Katerine Savard is Morrier's biggest influence. She really admires her butterfly technique.

• Morrier a remporté l'or au 100 m brasse S14 lors des Championnats para-pan-pacifiques 2018 à Cairns. Elle a aussi remporté le bronze au 100 m papillon S14.

- Aux Essais canadiens de natation 2019 à Toronto, Morrier a remporté une médaille d'argent multicatégories au 100 m papillon.
- Aux Essais canadiens de natation 2018, Morrier a abaissé le record canadien SB14 au 100 m brasse en plus de remporté l'argent au 100 m papillon multicatégories.
- À l'Open du Canada de paranatation, Morrier a battu le record canadien au 100 m brasse.
- Aux Jeux parapanaméricains 2015 à Toronto, elle a décroché l'or au 200 m QNI en établissant un nouveau record canadien. Elle a également remporté l'or au 100 m brasse et le bronze au 100 m dos.
- Aux championnats du monde IPC 2015 à Glasgow en Écosse, elle a atteint la finale à deux reprises. Elle a terminé au 6e rang du 100 m dos et au 8e rang du 100 m brasse.
- Morrier est devenue une des meilleures nageuses du Canada aux championnats pan-pacifiques de paranatation 2014 à Pasadena, Calif. Elle a gagné les médailles d'argent aux 50 m libre et 100 m brasse ainsi que celle de bronze au 200 m QNI en plus de participer à deux autres finales.
- Aux championnats du monde 2013 qui ont eu lieu à Montréal, Morrier a battu le record canadien et a terminé huitième au 100 m dos pour les nageuses de déficience intellectuelle.
- Son autre expérience internationale inclut une année 2011 occupée quand elle a participé aux Olympiques Spéciaux à Athènes, aux Jeux Globaux en Italie et aux championnats para-pan-pacifiques à Edmonton.
- Morrier a été la porte-drapeau du Canada lors de la cérémonie d'ouverture des Jeux Globaux.
- Katerine Savard est sa plus grande influence. Elle admire grandement sa technique au papillon.

QUICK FACTS | EN BREF

INSTAGRAM: @justine_morrier

FAVOURITE BOOK | LIVRE FAVORI: La vie compliquée de Léa Olivier

FAVOURITE PLACE TO VISIT | ENDROIT À VISITER: Hawaii

GUILTY PLEASURE | PLAISIR COUPABLE: Chocolate

FAVOURITE SUPERHERO | SUPERHÉROS FAVORI: Père



SHELBY NEWKIRK

BIRTHDATE | DATE DE NAISSANCE: 1996-06-25

HEIGHT | TAILLE: 182 cm

HOMETOWN | VILLE NATALE: Saskatoon, SK

RESIDENCE | RÉSIDENCE: Saskatoon, SK

CLUB: Saskatoon Laser Swim Club

COACH | ENTRAÎNEUR: Eric Kramer

PAST COACH | ANCIEN ENTRAÎNEUR: Karen Williams

SPORT CLASS | CLASSE SPORTIVE: S7SB6SM7

- At the 2018 Pan Pacific Para Swimming Championships, Newkirk won gold in the 100-m back S7. She was also a part of the women's 4x100-m medley relay that took home bronze.
- At the 2019 Canadian Swimming Trials in Toronto, Newkirk broke her own S7 world record in the women's multi-class 100-m backstroke preliminaries, before winning gold in the evening final. She also broke the world record in the 200 backstroke. She added a multi-class bronze medal in the 100-m freestyle.
- Shelby Newkirk won gold and broke her own world record twice in the S7 100-metre backstroke at the 2018 Canadian Swimming Trials in Edmonton. She also captured silver in the 100-m freestyle and bronze in the 50-m butterfly.
- Swimming Canada's 2017 and 2018 Female Para-swimmer of the Year.
- Shelby Newkirk set a world record in the S7 50-m backstroke at the 2018 World Para Swimming World Series in Berlin.
- At the 2017 Para-swimming Canadian Open, Newkirk broke the world record in the 100-m backstroke.
- Entering the Mexico City 2017 World Para Swimming Championships, she holds three Canadian records, including the S7 100-m backstroke, which she considers her best event.
- At the 2017 Canada Summer Games, Newkirk captured six medals, including four gold in the 50-m freestyle, 100-m backstroke and breaststroke, and the 200-m individual medley.
- At the 2017 Canadian Swimming Championships, Newkirk claimed silver in the 50-m freestyle in a personal best time.

- At the 2017 Can Am Para-swimming Championships, Newkirk took home three gold medals in the 50-m freestyle, the 100-m freestyle and the 100-m backstroke event. She also added a bronze medal in the 50-m butterfly.
- Newkirk's biggest influence is her first swim coach, Karen Williams, who taught her so much about para-sport and about her disability.
- Newkirk comes from a competitive athletic family, including her younger brother Cole, who is a 6-foot-8 basketball player.
- Newkirk started swimming in 2012 as a new outlet for her competitive spirit when she began developing generalized dystonia, a progressive neurological disorder similar to Parkinson's that affects movement, balance and coordination. She played basketball, volleyball and competed in track until age 13.

- Aux Championnats para-pan-pacifiques 2018, Newkirk a remporté l'or au 100 m dos S7. Elle faisait aussi partie du relais 4x100 m QN médaillé de bronze.
- Aux Essais canadiens de natation 2019 à Toronto, Newkirk a battu son propre record du monde S7 lors des préliminaires multicatégories du 100 m dos féminin, avant de remporter la médaille d'or en soirée. Elle a ajouté une médaille de bronze multicatégories au 100 m libre.
- Shelby Newkirk a remporté l'or et a abaissé son propre record du monde deux fois au 100 m dos S7 lors des Essais canadiens de natation 2018. Elle a aussi remporté l'argent au 100 m libre et le bronze au 50 m papillon.
- Paraneuse de l'année 2017 et 2018 de Natation Canada.
- Shelby Newkirk a établi le record du monde au 50 m dos S7 lors de la Série mondiale de paranatation 2018 à Berlin.
- À l'Open du Canada de paranatation 2017, Newkirk a abaissé le record du monde au 100 m dos.
- En entrant les Championnats du monde paranatation FINA 2017 au Mexique, Newkirk retient trois records canadiens, incluant le 100 dos S7, l'épreuve qu'elle considère sa meilleure.
- Aux Jeux d'été du Canada 2017, Newkirk a remporté six médailles, dont quatre d'or au 50 m libre, 100 m dos et brasse, et le 200 m QNI.
- Aux Championnats canadiens de natation 2017, Newkirk a remporté l'argent au 50 m libre avec un meilleur temps personnel.
- Aux Championnats Can-Am de paranatation 2017, Newkirk a remporté trois médailles d'or aux 50 m libre, 100 m libre et 100 m dos. Elle a aussi décroché le bronze au 50 m papillon.
- La plus grande influence de Newkirk est sa première entraîneuse de natation, Karen Williams qui lui a appris beaucoup sur le parasport et son handicap.
- Newkirk vient d'une famille compétitive et sportive qui inclue son frère Cole, un joueur de basketball mesurant 6 pieds et 8 pouces.
- Newkirk a commencé à nager en 2012 pour combler son esprit compétitif après avoir développé des symptômes de dystonie généralisée, un trouble qui touche le système nerveux. Elle a joué au basketball, volleyball et a fait de l'athlétisme jusqu'à l'âge de 13.



QUICK FACTS | EN BREF

INSTAGRAM: @shelbynewkirk TWITTER: @shelby_newkirk

FAVOURITE MOVIE | FILM FAVORI: The Proposal

FAVOURITE TV SHOWS | ÉMISSIONS FAVORITES: Rizzoli and Isles, Bones and Corner Gas

FAVOURITE BOOK | LIVRE FAVORI: The Harry Potter series

FAVOURITE ACTOR | ACTEUR FAVORI: Daniel Radcliffe



AURÉLIE RIVARD

BIRTHDATE | DATE DE NAISSANCE: 1996-05-14

HEIGHT | TAILLE: 170 cm

HOMETOWN | VILLE NATALE: St-Jean-Sur-Richelieu, QC

RESIDENCE | RÉSIDENCE: Montreal, QC

CLUB: CHP-Québec

COACH | ENTRAÎNEUR: Mike Thompson

PAST COACHES | ANCIENS ENTRAÎNEURS:

France Latendresse, Benoit Lebrun

SPORT CLASS | CLASSE SPORTIVE: S10SB9SM10

- At the Rio 2016 Paralympic Games, Rivard impressed the world with gold medals in the 50-, 100-, and 400-m freestyle and silver in the 200 IM.
- All four times were Canadian records, including two world records (50/400 free), and a Paralympic record (100 free).
- She contributed to Canadian record 5th-place finishes in the 4x100 medley relay and 34pts 4x100 freestyle relay.
- Rivard was Canada's flag-bearer for the closing ceremonies of the Paralympic Games.
- At the 2018 Pan Pacific Para Swimming Championships in Cairns, Rivard won the 50 and 100 freestyle and broke her world record to win the 400-m freestyle.
- At the same event, Rivard earned silver in 100 backstroke and 200 IM. She was also a member of the women's 4x100-m freestyle and 4x100-m medley relay that took home bronze.
- At the Gold Coast 2018 Commonwealth Games, Rivard earned a silver in the 200 IM.
- At the 2019 Canadian Swimming Trials in Toronto, Rivard won three gold medals in as many multi-class finals, winning the 50, 100 and 400-m freestyle.
- At the 2017 Berlin World Para Swimming World Series, Rivard set a world record in the S10 200-metre freestyle, giving her the world records in the 50, 100, 200 and 400 free.
- Rivard was amongst the finalists for the 2016 Lou Marsh Award that included Penny Oleksiak, Sidney Crosby, Andre De Grasse, Milos Raonic, Brooke Henderson and Derek Drouin.

- Rivard won a record seven medals, six of them gold, and set a world record in the 100 freestyle at the Toronto 2015 Parapan Am Games.
- She earned two gold medals and set a pair of Canadian records at the 2015 IPC Swimming World Championships in Glasgow, Scotland, winning the 50-m freestyle and 400-m freestyle. She also finished second in the 200-m IM and the 100-m freestyle.
- At the 2013 IPC World Championships in Montreal, Rivard was the only Canadian to win five medals (three silver and two bronze).
- Rivard made her first major international breakthrough at the 2012 Paralympic Games in London, at age 16. She won the silver medal in the 400 freestyle and reached finals in four other events.

- Aux Jeux paralympiques de Rio 2016, Rivard a impressionné le monde en remportant trois médailles d'or au 50 m libre, 100 m libre et 400 m libre et une médaille d'argent au 200m QNI.
- Ces quatre courses étaient des records canadiens. Elle a également battu deux records du monde (50 m et 400 m libre) et un record paralympique (100 m libre).
- Elle a participé à la 5e place du relais QN et du relais libre 34 points, les deux ayant abaissé le record canadien.
- Rivard était la porte-drapeau du Canada à la cérémonie de clôture des Jeux paralympiques.
- Aux Championnats para-pan-pacifiques 2018, Rivard a remporté le 50 m libre et le 100 m libre et a abaissé son propre record du monde lors de sa victoire au 400 m libre.
- À la même compétition, Rivard a remporté l'argent au 100 m dos S10 et au 200 m QNI SM10. Elle faisait aussi partie des relais 4x100 m libre et 4x100 m QNI médaillés de bronze.
- Aux Jeux du Commonwealth 2018, Aurélie Rivard a remporté la médaille d'argent au 200 m QNI SM10.
- Aux Essais canadiens de natation 2019 à Toronto, Rivard a remporté trois médailles d'or en autant de finales multicatégories, s'imposant aux 50, 100 et 400 m libre.
- À la Série mondiale de paranatation de Berlin 2017, Rivard a établi un record du monde au 200 mètres libre S10, faisant d'elle la détentrice des records du monde au 50 m, 100 m, 200 m et 400 m libre.
- Aux Championnats Can-Am de paranatation 2017 à Windsor, Rivard a remporté le 50 m libre et le 100 m libre.
- Aurélie Rivard était parmi les finalistes pour le Trophée Lou Marsh qui incluait Penny Oleksiak, Sidney Crosby, Andre De Grasse, Milos Raonic, Brooke Henderson et Derek Drouin.
- Elle a récolté un record de sept médailles, dont six d'or, en plus d'établir un record du monde au 100 m libre aux Jeux parapanaméricains.
- Elle a obtenu deux médailles d'or et établi deux records canadiens aux championnats du monde IPC 2015 à Glasgow en Écosse. Elle a remporté le 50 m et 400 m libre. Elle a terminé au deuxième rang au 200 m QNI et 100 m libre.
- Aux championnats du monde de l'IPC 2013 à Montréal, Rivard a été la seule nageuse canadienne à remporter cinq médailles (trois d'argent et deux de bronze).
- Rivard a effectué sa première percée internationale majeure aux Jeux paralympiques de 2012 à Londres à l'âge de 16 ans. Elle a gagné la médaille d'argent au 400 m libre et s'est qualifiée pour les finales dans quatre autres épreuves.



QUICK FACTS | EN BREF

INSTAGRAM: @aurelierivard

FAVOURITE MOVIE | FILM FAVORI: The Incredibles

FAVOURITE BOOK | LIVRE FAVORI: The Girl on the Train

FAVOURITE TV SHOW | ÉMISSION FAVORITE: One Tree Hill

FAVOURITE BANDS | GROUPES FAVORIS: Queen, AC/DC



TESS ROUTLIFFE

BIRTHDATE | DATE DE NAISSANCE: 1998-09-28

HEIGHT | TAILLE: 134 cm

HOMETOWN | VILLE NATALE: Caledon, ON

RESIDENCE | RÉSIDENCE: Montreal, QC

CLUB: CHP-Québec

COACH | ENTRAÎNEUR: Mike Thompson

PAST COACHES | ANCIENS ENTRAÎNEURS :

Pierre Lambert, Courtney Desjardins

SPORT CLASS | CLASSE SPORTIVE: S7SB7SM7

- At the Rio 2016 Paralympic Games, Routliffe brought home her first Paralympic medal, a silver in the 200-m individual medley in Canadian record time.
- She made the finals in four other events: 100-m breaststroke (4th), 50-m freestyle (5th), 100-m freestyle (6th) and 50-m butterfly (7th). The times in the 100 breast, 50 free, and 100 free were all Canadian records.
- She contributed to a 5th-place finish in the 34pts 4×100-m freestyle relay, in Canadian record time.
- Routliffe won gold in the 100-m breaststroke SB7 at the 2018 Pan Pacific Para Swimming Championships in Cairns. She also earned silver and broke the Canadian record in the 200-m individual medley SM7 and brought home bronze in 50-m butterfly S7 and 4×100-m freestyle relay.
- Routliffe broke her own Canadian record in the SB7 100-m breaststroke at the 2018 World Para Swimming World Series in Sheffield.
- At the Gold Coast 2018 Commonwealth Games, Routliffe finished third in the S7 50-m butterfly in a personal best time.
- At the 2019 Canadian Swimming Trials in Toronto, Routliffe earned a pair of multi-class medals, including gold in the 50-m butterfly and silver in the 100-m breaststroke.

- 2015 was a breakout year, as Routliffe won four gold medals and one silver at the Parapan Am Games Toronto. She took gold in the 50-m freestyle, 100-m freestyle, 100-m breaststroke and 100-m backstroke, with the silver in the 200-m IM.
- In 2015 she won a silver medal in the 200-m IM, earned four 4th-place finishes, and set Canadian records in the 100-m freestyle and 100-m backstroke competing in her first IPC Swimming World Championships in Glasgow, Scotland.
- At the 2014 Pan Pacific Para-swimming Championships she reached the final in six individual events at age 16. The highlight was a silver medal in the 100-m breaststroke.

- Aux Jeux paralympiques de Rio 2016, Routliffe a remporté sa première médaille paralympique, l'argent au 200 m QNI, avec un nouveau record canadien.
- Elle a participé à quatre autres finales : 100 m brasse (4e), 50 m libre (5e), 100 m libre (6e) et 50 m papillon (7e).
- Elle a participé à la 5e place du relais libre 34 points, ayant abaissé le record canadien.
- Routliffe a remporté l'argent au 100 m brasse SB7 lors des Championnats para-pan-pacifiques 2018 à Cairns. Elle a aussi remporté l'argent et abaissé le record canadien au 200 m QNI SM7 et décroché des médailles de bronze au 50 m papillon S7 et au relais 4×100 m libre.
- Routliffe a abaissé son propre record canadien au 100 m brasse SB7 à la Série mondiale de paranatation 2018 à Sheffield.
- Aux Jeux du Commonwealth de Gold Coast 2018, Routliffe a terminé en 3e place du 50 m papillon S7 avec un meilleur temps personnel.
- Aux Essais canadiens de natation 2019 à Toronto, Routliffe a remporté deux médailles multicatégories, dont l'or au 50 m papillon et l'argent au 100 m brasse.
- 2015 fut une année remarquable pour Routliffe. Elle a remporté quatre médailles d'or et une médaille d'argent aux Jeux parapanaméricains. Elle a obtenu l'or au 50 m libre, 100 m libre, 100 m brasse et 100 m dos ainsi que l'argent au 200 QNI.
- Aux championnats du monde IPC 2015 à Glasgow en Écosse, elle a récolté la médaille d'argent au 200 m QNI et a terminé au pied du podium à quatre reprises, en plus d'établir deux nouveaux records canadiens au 100 m libre et au 100 dos.
- Avant 2014, son fait saillant le plus mémorable en carrière a été une victoire au 50 m brasse aux championnats Can-Am 2013, ce qui a été sa première victoire en carrière en compétition internationale.



QUICK FACTS | EN BREF

INSTAGRAM: @tessroutliffe

FAVOURITE MOVIE | FILM FAVORI: Silver Lining Playbook

FAVOURITE BOOK | LIVRE FAVORI: Water for Elephants

FAVOURITE TV SHOW | ÉMISSION FAVORITE: Friends

FAVOURITE ACTOR | ACTEUR FAVORI: Chris Hemsworth



KATARINA ROXON

BIRTHDATE | DATE DE NAISSANCE: 1993-04-05

HEIGHT | TAILLE: 160 cm

HOMETOWN | VILLE NATALE: Kippens, NL

RESIDENCE | RÉSIDENCE: Kippens, NL

CLUB: Aqua Aces Swim Club

COACH | ENTRAÎNEUR: Leonard Roxon

PAST COACH | ENTRAÎNEUR ANTIÉRIEUR:

Tim Alexander

SPORT CLASS | CLASSE SPORTIVE: S9SB8SM9

- At the Rio 2016 Paralympic Games – her third – Roxon brought home her first Paralympic medal, a gold in the 100-m breaststroke in Canadian record time.
- She also made the finals in the 200-m individual medley where she finished in 7th and Roxon also swam in the 400-m freestyle (11th), 100-m freestyle (14th) and 100-m butterfly (16th).
- She contributed to 5th-place finishes in the 4×100-m medley relay and 34pts 4×100-m freestyle relay, both in Canadian record time.
- At the 2018 Pan Pacific Para Swimming Championships, Roxon won gold in the 100-m breaststroke SB8, silver in the 200-m individual medley SM9 and was a member of the 4×100 freestyle relay that brought home bronze.
- At the Gold Coast 2018 Commonwealth Games, Roxon finished sixth in the S9 100-m freestyle and SB9 100-m breaststroke. Roxon also placed eighth in the SM10 200-m individual medley.
- At the 2019 Canadian Swimming Trials in Toronto, Roxon picked up multi-class silver medals in the 100-m freestyle and 200-m individual medley.
- Roxon won six medals at the 2015 Parapan Am Games Toronto: Gold in the 100-m breaststroke, silver in the 50-m freestyle, 400-m freestyle and 200-m IM, and bronze in the 100-m backstroke and 100-m freestyle.
- She won bronze and set a Canadian record in the SB8 100-m breaststroke at the 2015 IPC Swimming World Championships.

- Roxon successfully defended her 100-m breaststroke title at the 2014 Pan Pacific Para-swimming Championships in Pasadena, Calif. She also won a silver in the 200-m individual medley.
- At the 2013 IPC Swimming World Championships Montreal, Roxon helped Canada to silver in the women's 4x100-m freestyle relay. Roxon placed fourth in the 100-m breaststroke with a Canadian record.
- Born with her left arm missing below her elbow, she got involved in swimming at age five because her parents thought that swimming was an essential skill to learn.
- She has competed in numerous other international meets, including 4 world championships, the 2007 Parapan Am Games, 2010, 2014 and 2018 Commonwealth Games and 2011, 2014 and 2018 Para Pan Pacs.

- Aux Jeux paralympiques de Rio 2016, Roxon a décroché sa première médaille paralympique, une d'or au 100 m brasse avec un nouveau record canadien.
- Elle a aussi fait la finale au 200 m QNI où elle a terminé en 7e place et a participé au 400 m libre (11e), au 100 m libre (14e) et au 100 m papillon (16e).
- Elle a participé à la 5e place du relais QN et du relais libre 34 points, les deux ayant abaissé le record canadien.
- Aux Championnats para-pan-pacifiques 2018, Roxon a remporté l'or au 100 m brasse SB8, l'argent au 200 m QNI SM9 et faisait partie du relais 4x100 m libre qui a remporté la médaille de bronze.
- Aux Jeux du Commonwealth de Gold Coast 2018, Roxon a pris le 6e rang au 100 m libre S9 et au 100 m brasse SB9. Roxon a aussi terminé en 8e place au 200 m QNI SM10.
- Aux Essais canadiens de natation 2019 à Toronto, Roxon a remporté des médailles d'argent multicités au 100 m libre et au 200 m quatre nages individuel.
- Elle a remporté six médailles aux Jeux parapanaméricains 2015 à Toronto : l'or au 100 m brasse, l'argent au 50 m libre, 400 m libre et 200 m QNI et le bronze au 100 m dos et 100 m libre.
- Elle a décroché la médaille de bronze au 100 m brasse, en plus de réaliser une nouvelle marque canadienne aux championnats du monde IPC 2015 à Glasgow en Écosse.
- Roxon a défendu avec succès son titre du 100 m brasse aux championnats pan-pacifiques de paranatation 2014 à Pasadena, Calif. Elle a aussi gagné une médaille d'argent au 200m QNI.
- Née avec le bras gauche manquant sous le coude, elle a été impliquée dans la natation à cinq ans parce que ses parents ont pensé que nager était une habileté essentielle à apprendre.
- Elle a participé à plusieurs autres compétitions internationales, dont quatre championnats du monde, les Jeux parapanaméricains de 2007, les Jeux du Commonwealth de 2010, 2014 et 2018 et les championnats para-pan-pacifiques de 2011, 2014 et 2018.



QUICK FACTS | EN BREF

INSTAGRAM: @katarinamirabelle

TWITTER: @Katarina_Roxon

FAVOURITE MOVIE | FILM FAVORI: Deadpool

FAVOURITE AUTOR | AUTEUR FAVORI: Nicholas Sparks

FAVOURITE TV SHOWS | ÉMISSIONS FAVORITES: Friends, The Good Doctor

OTHER SPORTS | AUTRE SPORT: Athletics | Athlétisme



ABI TRIPP

BIRTHDATE | DATE DE NAISSANCE: 2001-01-06

HEIGHT | TAILLE: 164 cm

HOMETOWN | VILLE NATALE: Kingston, ON

RESIDENCE | RÉSIDENCE: Kingston, ON

CLUB: Kingston Y Penguins Aquatic Club

COACH | ENTRAÎNEUR: Vicki Keith

PAST COACH | ANCIEN ENTRAÎNEUR : -

SPORT CLASS | CLASSE SPORTIVE: S8SB7SM8

- At the Rio 2016 Paralympic Games, Tripp made the finals in the 400-m freestyle (6th), 100-m freestyle (7th) and 200-m individual medley (8th).
- Her times in the 400 free and 200 IM were also Canadian records.
- Tripp also swam in the 50-m freestyle and 100-m backstroke, finishing 10th in both events.
- At the Gold Coast 2018 Commonwealth Games, Tripp brought home bronze in the S8 50-m freestyle.
- At the 2019 Canadian Swimming Trials in Toronto, Tripp won gold in the 100-m breaststroke multi-class final.
- At the 2018 Pan Pacific Para Swimming Championships, Tripp finished fourth in the 200-m individual medley SM8 and fifth in the 100-m backstroke S8.
- At the 2018 Canadian Swimming Trials, Tripp won the women's Para multi-class 100-m breaststroke, and set a new Canadian SB7 record. She also earned a silver in the 50-m freestyle.
- At the 2017 Para-swimming Canadian Open, Tripp broke the Canadian record in the 100-m freestyle.
- Tripp earned herself two silver medals in the 50-m and the 100-m freestyle events at the 2017 Can Am Para-swimming Championships.
- Broke the Canadian record in S8 200-m individual medley twice at the 2016 Olympic & Para-swimming Trials, with a time that ranked eighth in the world to qualify for her first Paralympic Games. She also placed second in the multi-class 100-m backstroke and third in the 100-m freestyle.

- Tripp finished 4th in the 50-m freestyle, 100-m freestyle, 100-m breaststroke and 200-m IM at the Parapan Am Games.
- At the 2015 Speedo Can Am Para-swimming Championships Tripp was fifth in the 100-metre backstroke plus earned sixth-places finishes in the 50-m and 100-m freestyle.
- Tripp has cerebral palsy which mildly impairs all four of her limbs.
- She learned how to swim at age seven.
- When her swimming career is over Tripp wants to be an occupational therapist or swim coach.
- One of two 14-year-olds on the 2015 national Para-swimming team (Sabrina Duchesne).

- Aux Jeux paralympiques de Rio 2016, Tripp a participé à la finale du 400 m libre (6e), du 100 m libre (7e) et du 200 m QNI (8e).
- Elle a abaissé les records canadiens au 400 m libre et au 200 m QNI.
- Elle a aussi nagé le 50 m libre et le 100 m dos, où elle a terminé en 10e place les deux fois.
- Aux Jeux du Commonwealth 2018, Tripp a décroché le bronze au 50 m libre S8.
- Aux Essais canadiens de natation 2019 à Toronto, Tripp a remporté l'or en finale du 100 m brasse multicatégories.
- Aux Championnats para-pan-pacifiques 2018, Tripp a pris la 4e place au 200 m QNI SM8 et la 5e place au 100 m dos S8.
- Aux Essais canadiens de natation 2018, Tripp a remporté le 100 m brasse multicatégories et a abaissé le record canadien SB7. Elle a aussi remporté l'argent au 50 m libre.
- À l'Open du Canada de paranatation, Tripp a battu le record canadien au 100 m libre.
- Aux Championnats Can-Am de paranatation 2017, Tripp a remporté deux médailles d'argent aux 50 m et 100 m libre.
- Elle a battu le record canadien au 200 m QNI deux fois lors des Essais olympiques et de paranatation 2016. Grâce à ce temps, elle se classe 8e au monde et se qualifie sur l'équipe. Elle était aussi 2e au 100 m brasse et 3e au 100 m libre.
- Elle a terminé 4e au 50 m et 100 m libre, au 100 m brasse et au 200 m QNI aux Jeux parapanaméricains.
- Aux championnats Can-Am de paranatation Speedo 2015, Tripp a terminé cinquième au 100 mètres dos en plus de se classer sixième aux 50m et 100m libre.
- Tripp a de la paralysie cérébrale qui affecte légèrement ses quatre membres.
- Elle a appris à nager à 7 ans.
- Quand sa carrière en natation sera terminée, Tripp veut être ergothérapeute ou ENTRAÎNEUR de natation.
- Une des deux athlètes de 14 ans dans l'équipe nationale de paranatation 2015 (Sabrina Duchesne).



QUICK FACTS | EN BREF

INSTAGRAM: @abi.tripp

FAVOURITE MOVIE | FILM FAVORI: Soul Surfer

FAVOURITE TV SHOW | ÉMISSION FAVORITE: Sherlock

PRE-RACE MEAL | REPAS PRÉ-COURSE: Pasta | Pâtes

GUILTY PLEASURE | PLAISIR COUPABLE: Chocolate cake | Gâteau au chocolat



NICOLAS-GUY TURBIDE

BIRTHDATE | DATE DE NAISSANCE: 1997-01-12

HEIGHT | TAILLE: 186 cm

HOMETOWN | VILLE NATALE: Québec City, QC

RESIDENCE | RÉSIDENCE: Québec City, QC

CLUB: Club de Natation Region de Québec

COACH | ENTRAÎNEUR: Marc-André Pelletier

PAST COACHES | ANCIEN SENTRAÎNEURS:

Jonathan Blouin, Claude Lamy

SPORT CLASS | CLASSE SPORTIVE: S13SB13SM13

- At the Rio 2016 Paralympic Games, Turbide earned his first Paralympic medal, a bronze in the 100-m backstroke. He also finished 8th in the 50-m freestyle. Both times were Canadian records.
- At the 2018 Pan Pacific Para Swimming Championships, Turbide won gold and broke the Americas and Canadian record in the 100-m backstroke and the 200-m individual medley.
- At the same event, Turbide broke the Canadian record and captured silver in the 50-m freestyle S13. He also earned a bronze medal in the 100-m butterfly S13 in a personal best time.
- Turbide was named Swimming Canada's Male Para-swimmer of the Year for 2016 and 2018.
- At the 2019 Canadian Swimming Trials in Toronto, Turbide collected three multi-class medals, including gold in the 50-m freestyle and the 100-m backstroke, as well as bronze in the 200-m individual medley.
- Turbide broke an Americas and Canadian record at the 2017 Para-swimming Canadian Open in the 200-m individual medley and 100-m freestyle.
- His breakout performance saw him win six medals and set an Americas record at the 2015 Parapan Am Games where he won gold in the 100-m backstroke (Canadian and Americas record), 200-m IM and 100-m butterfly. He also took silver in the 50-m, 100-m and 400-m freestyle.
- Turbide swam six events at the 2015 IPC Swimming World Championships in Glasgow, Scotland. He reached the final of the 100-m backstroke, finishing 5th

- In 2014 he won the bronze medal in the 400-m freestyle at the Pan Pacific Para-swimming Championships. It was his first medal at a major international event.
- At the 2013 IPC World Championships in Montreal, he placed sixth in the 100-m backstroke and seventh in both the 100-m butterfly and 400-m freestyle.
- The visually impaired swimmer was also on the 2011 Canadian squad for the Parapan American Games in Guadalajara. He placed sixth in the 50-m and 100-m freestyles.

-
- Aux Jeux paralympiques de Rio 2016, Turbide a remporté sa première médaille paralympique, décrochant le bronze au 100 m dos. Il a aussi terminé en 8e position au 50 m libre.
 - Il a abaissé les records canadiens lors de ces deux courses.
 - Aux Championnats para-pan-pacifiques 2018, Turbide a remporté l'or et abaissé les records des Amériques et Canadiens au 100 m dos S13 et 200 m QNI SM13.
 - À la même compétition, il a abaissé le record canadien et remporté l'argent au 50 m libre S13. Il a aussi remporté le bronze au 100 m papillon S13 avec un meilleur temps personnel.
 - Turbide a été nommé Paranager de l'année 2016 et 2018 de Natation Canada.
 - Aux Essais canadiens de natation 2019 à Toronto, Turbide a remporté trois médailles multicatégories, incluant l'or au 50 m libre et au 100 m dos, ainsi que le bronze au 200 m quatre nages individuel.
 - Turbide a amélioré le record canadien et des Amériques au 200 m QNI et 100 m libre lors de l'Open du Canada de paranatation.
 - Il a réalisé une performance remarquable en gagnant six médailles et en établissant un nouveau record des Amériques aux Jeux parapanaméricains 2015 à Toronto. Il a remporté l'or au 100 m dos (record canadien et des Amériques), au 200 m QNI et au 100 m papillon ; l'argent au 50 m, 100 m et 400 m libre.
 - Il a nagé six épreuves aux championnats du monde IPC 2015 à Glasgow en Écosse. Il a terminé en 5e position au 100 m dos.
 - Aux championnats Can-Am de paranatation Speedo à Toronto, Turbide a gagné six courses, les 50 mètres, 100 m et 400 m libre, le 100 m dos, le 100 m papillon et le 200m QNI.
 - En 2014 il a gagné la médaille de bronze au 400 m libre aux championnats pan-pacifiques de paranatation. C'était sa première médaille dans une compétition internationale majeure.
 - Aux championnats du monde de l'IPC 2013 à Montréal, il s'est classé sixième au 100 m dos et septième aux 100 m papillon et 400 m libre.
 - Le nageur ayant une déficience visuelle a fait partie de l'équipe canadienne des Jeux parapanaméricains 2011 à Guadalajara. Il avait terminé 6e au 50 m et 100 m libre.



QUICK FACTS | EN BREF

FAVOURITE MOVIE | FILM FAVORI: Bohemian Rhapsody

FAVOURITE BOOK | LIVRE FAVORI: The Shining

FAVOURITE TV SHOW | ÉMISSION FAVORITE: Dragon's Den

MUSIC BEHIND THE BLOCKS | MUSIQUE DERRIÈRE LES BLOCS: 80's rock

FAVOURITE PLACE TO VISIT | ENDROITS À VISITER: Japan



ALY VAN WYCK-SMART

BIRTHDATE | DATE DE NAISSANCE: 2002-09-22

HEIGHT | TAILLE: 143 cm

HOMETOWN | VILLE NATALE: Toronto, ON

RESIDENCE | RÉSIDENCE: Toronto, ON

CLUB: Variety Village Aquatic Club

COACH | ENTRAÎNEUR: Ryan Jones

PAST COACH | ANCIEN ENTRAÎNEUR: Cori Walker

SPORT CLASS | CLASSE SPORTIVE: S2SB2SM2

- At the 2019 Canadian Swimming Championships in Winnipeg, Van Wyck-Smart broke a trio of S2 Americas records (and Canadian marks), including the 100-m freestyle, 50-m backstroke and 100-m backstroke.
- Less than three months after the 2019 Canadian Trials, at the Ontario Summer Championships in Toronto in late June, Van Wyck-Smart lowered three national S2 records, including the 50-m freestyle, 100-m freestyle and 100-m backstroke.
- At the 2019 Canadian Swimming Trials in Toronto, Van Wyck-Smart shattered the SM2 world record by more than six seconds in the 150-m individual medley, a performance that was recognized as the best swim of the Trials by a female Para-swimmer (based on point charts).
- She added a personal best time in the 200-m freestyle and finished the meet with three gold medals (150-m individual medley, 200-m freestyle, 50-m backstroke) and one silver (50-m breaststroke).

• At her breakout international competition, the 2018 Cerebral Palsy International Sport & Recreation Association (CPISRA) World Games in Sant Cugat, Spain, Van Wyck-Smart claimed four gold medals and set three personal best times, three Canadian marks (200-m freestyle S2, 100-m backstroke S2, 50-m backstroke S2) and an Americas record (100-m backstroke S2).

-
- Aux Championnats canadiens de natation 2019 à Winnipeg, Van Wyck-Smart a battu trois records des Amériques (et canadiens) S2 au 100 m libre, au 50 m dos et au 100 m dos.
 - Moins de trois mois après les Essais canadiens 2019, aux Championnats d'été de l'Ontario à Toronto à la fin juin, Van Wyck-Smart a abaissé trois records nationaux S2, y compris au 50 m libre, au 100 m libre et au 100 m dos.
 - Aux Essais canadiens de natation 2019 à Toronto, Van Wyck-Smart a fracassé le record du monde SM2 par plus de six secondes au 150 m trois nages individuel, une performance reconnue comme la meilleure course des Essais par une parageuseuse (selon les chartes de points).
 - Elle a ajouté un record personnel au 200 m libre et a terminé la compétition avec trois médailles d'or (150 m trois nages individuel, 200 m libre, 50 m dos) et une d'argent (50 m brasse).
 - Van Wyck-Smart a connu ses premiers succès sur la scène internationale lors de l'édition 2018 des Jeux mondiaux de la CPISRA (Association internationale du sport et loisirs pour paralytiques cérébraux) à Sant Cugat, en Espagne, où elle a remporté quatre médailles d'or et a établi trois records personnels, trois marques canadiennes (200 m libre S2, 100 m dos S2, 50 m dos S2) et un record des Amériques (100 m dos S2).

QUICK FACTS | EN BREF

FAVOURITE MOVIE | FILM FAVORI: Princess Bride

FAVOURITE BOOK | LIVRE FAVORI: Fifteen Dogs

FAVOURITE TV SHOW | ÉMISSION FAVORITE: The Office

FAVOURITE ACTRICE | ACTRICE FAVORITE: Mindy Kaling

FAVOURITE PLACE TO VISIT | ENDROIT À VISITER: Montreal



ZACH ZONA

BIRTHDATE | DATE DE NAISSANCE: 1998-12-27

HEIGHT | TAILLE: 152 cm

HOMETOWN | VILLE NATALE: Waterford, ON

RESIDENCE | RÉSIDENCE: Montreal, QC

CLUB: CHP-Québec

COACH | ENTRAÎNEUR: Mike Thompson

PAST COACHES | ANCIENS ENTRAÎNEURS:

Lisa Anderson, Phil Ogden, Trent McNicol

SPORT CLASS: S8SB7SM8

- At the 2018 Pan Pacific Para Swimming Championships, Zona finished sixth in the 400-m freestyle S8 and the 100-m butterfly S8. He also finished seventh in the 100-m backstroke S8 and eighth in the 100-m freestyle S8.
- At the Gold Coast 2018 Commonwealth Games, Zona finished fifth in the SM8 200-m individual medley.
- At the 2019 Canadian Swimming Trials in Toronto, Zona captured silver in the 400-m freestyle multi-class final thanks to a personal-best time.
- Zona won bronze in the 400-m freestyle, 100-m butterfly and 200-m IM at the 2015 Toronto Parapan Am Games. He was also a member of the 4x100-m 34 pt. freestyle relay that won silver and set a Canadian record.
- He swam in four individual events at his first IPC Swimming World Championships in Glasgow, Scotland.

• At age 15, Zona reached four finals at the 2014 Pan Pacific Para-swimming Championships, his first national team assignment. Zona was fourth in the 400-m freestyle, fifth in the 100-m freestyle and sixth in both the 100-m butterfly and 50-m freestyle.

- Aux Championnats para-pan-pacifiques 2018, Zona a terminé en 6e position au 400 m libre S8 et au 100 m papillon S8. Il a aussi pris la 7e place au 100 m dos S8 et la 8e au 100 m libre S8.
- Aux Jeux du Commonwealth de Gold Coast 2018, Zona a terminé en 5e place au 200 m QNI SM8.
- Aux Essais canadiens de natation 2019 à Toronto, Zona a remporté la médaille d'argent lors de la finale multicatégories du 400 m libre grâce à un record personnel.
- Aux Jeux parapanaméricains 2015 à Toronto, il a remporté le bronze au 400 m libre, 100 m papillon et 200 m QNI. Il était un membre du relais de 34 points 4x100 m libre qui a décroché l'argent en plus d'établir une nouvelle marque canadienne.
- Il a nagé quatre épreuves individuelles à ses premiers championnats du monde IPC 2015 à Glasgow en Écosse.
- À 15 ans, Zona a participé à quatre finales aux championnats pan-pacifiques de paranatation 2014, sa première sélection avec l'équipe nationale. Zona a terminé

QUICK FACTS | EN BREF

INSTAGRAM: @zzona13

TWITTER: @zzona13

FAVOURITE MOVIE | FILM FAVORI: Inception

FAVOURITE BOOK | LIVRE FAVORI: Return of the King

FAVOURITE TV SHOW | ÉMISSION FAVORITE: Game of Thrones

FAVOURITE ACTOR | ACTEUR FAVORI: Robert Downey Jr.



WAYNE LOMAS

WORLD PARA SWIMMING CHAMPIONSHIPS TEAM LEADER
CHEF D'ÉQUIPE DES CHAMPIONNATS DU MONDE
DE PARANATATION

Associate High Performance Director and National Para-swimming Coach Wayne Lomas joined Swimming Canada in April 2018.

Lomas believes in the vital role coaches play in leading a performance culture in the daily training environment and is focused on swimming personal best times “when it matters, not when it suits.”

He joined Canada’s high performance leadership team from Swimming Australia, where he worked from 2010 to 2018. Lomas leads all aspects of the Paralympic program and serves as team leader for all major international Para-swimming teams, the first of which was the 2018 Pan Pacific Para-swimming Championships. The 18-member Canadian squad returned from Cairns, Australia, with 40 medals (38 Individual and two relay) including 14 gold. Canadians swam 24 personal-best times, set 10 national records, three Americas marks and one new world standard (Aurelie Rivard, S10 400-m freestyle). Lomas was pleased to see 12 of 18 team members achieve at least one all-time best in Australia, including all five men.

As executive manager – high performance for Swimming Australia, he served as team leader for at the Rio 2016 Olympic Games, where the Aussies finished second on the medal tally with 10 medals, including three gold. He was also accountable for the Paralympic team that won 29 medals – nine gold – and for the development of the organization’s 2017-2020 Strategic High Performance Plan. He was instrumental in the establishment of the powerful University of Sunshine Coast program, home to many successful Australian Para-swimmers.

In addition to the 2016 Olympic Games, Lomas also served as team leader or team manager at World University Games, Commonwealth Games, and multiple FINA World Championships. He has worked at the club, state, state academy and National level as an administrator, educator and coach, including 11 years as Development Manager with Swimming Queensland.

Le directeur associé de la haute performance et entraîneur national de paranatation Wayne Lomas s'est joint à l'équipe de Natation Canada en avril 2018.

Lomas croit au rôle essentiel des entraîneurs pour diriger une culture de performance dans l'environnement d'entraînement quotidien. Il travaille pour obtenir des meilleurs temps « quand ça compte, et non quand ça nous convient ».

Il a rejoint le personnel de la haute performance au Canada après avoir travaillé pour Swimming Australia, de 2010 à 2018. Lomas gère tous les aspects du programme de paranatation et agit à titre de chef d'équipe pour toutes les équipes internationales majeures de paranatation, la première étant lors des championnats paranatation pan-pacifique en 2018. Les 18 membres de l'équipe canadienne sont revenus de Cairn, en Australie, avec 40 médailles (38 individuelles et deux de relais), incluant 14 médailles d'or. Les Canadiens ont battu 24 records personnels, 10 records nationaux, trois records des Amériques et un nouveau record du monde (Aurélie Rivard, 400 m libre). Lomas était ravi de voir 12 des 18 nageurs obtenir au moins un meilleur temps personnel en Australie, dont les cinq hommes.

En tant que directeur général - Haute performance pour Swimming Australia, il était chef d'équipe lors des Jeux olympiques de Rio en 2016, où l'équipe australienne s'est classée deuxième au tableau des médailles avec 10 médailles, dont trois d'or. Il était aussi derrière l'équipe paralympique qui a remporté 29 médailles, dont neuf d'or, et le développement du plan stratégique de haute performance 2017-2020 de l'organisation. Son rôle a été essentiel dans la création de l'excellent programme de la University of Sunshine Coach, qui regroupe plusieurs parageants australiens.

En plus des Jeux olympiques de 2016, Lomas a également été chef d'équipe ou gérant d'équipe lors des Jeux mondiaux universitaires, des Jeux du Commonwealth et de nombreux championnats du monde de la FINA. Il a travaillé au niveau des clubs, au niveau régional, académique et national comme administrateur, éducateur et entraîneur, dont 11 ans comme gestionnaire du développement de Swimming Queensland.



VINCE MIKUSKA

WORLD PARA SWIMMING CHAMPIONSHIPS HEAD COACH
ENTRAÎNEUR-CHEF DES CHAMPIONNATS DU MONDE
DE PARANATATION

Mikuska was promoted to the new role of Senior Coach, Paralympic Program, in 2017, after four years as Swimming Canada's Performance Para-swimming Coach.

Mikuska has been involved in Para-swimming for more than 20 years. He's witnessed the growth in participation from countries around the world and seen how that has raised the bar for Canada's athletes. The Chilliwack, B.C., resident was part of the coaching staff for the Rio 2016 Paralympic Games team that won eight medals. He was also a staff coach at the Toronto 2015 Parapan American Games, the 2013 and 2015 IPC World Championships in Montreal and Glasgow, and the Glasgow 2014 Commonwealth Games.

His first major championships as head coach for Canada would have been the 2017 IPC Swimming World Championships, which were cancelled due to the earthquake in Mexico City. Mikuska guided the Canadian team through the adversity of that year, when they returned from staging camp in New Mexico to compete instead at the Canadian Para-swimming Open in Toronto instead. He took on the role of head coach at the 2018 Pan Pacific Para-swimming Championships, where Canada won 40 medals (38 Individual and two relay) including 14 gold. Canadians swam 24 personal-best times, set 10 national records, three Americas marks and one new world standard (Aurelie Rivard, S10 400-m freestyle).

Mikuska was the coach of 1996 and 2000 Paralympian and former world-record holder Bob Penner. He was also an assistant coach on the Canadian staff at the 2000 Paralympic Games in Sydney, Australia, and the 2011 Parapan Am Games in Guadalajara, Mexico.

A graduate of the University of Manitoba and Simon Fraser University, Mikuska's coaching experience also includes 13 years at the Spartan Swim Club in Chilliwack, and four years as provincial coach at Swim British Columbia. He was also 2007 world champion and 2012 Olympic bronze medallist Brent Hayden's coach at the age group level.

Away from the pool, Mikuska is an avid painter.

Mikuska a été promu au rôle d'entraîneur senior du programme paralympique en 2017, après quatre ans en tant qu'entraîneur de haute performance en paranatation pour Natation Canada.

Mikuska est impliqué dans la paranatation depuis plus de 20 ans. Il a été témoin de l'augmentation de la participation des pays autour du monde et a vu comment cette hausse a relevé la barre pour les athlètes canadiens. Le résident de Chilliwack, en Colombie-Britannique, faisait partie des entraîneurs de l'équipe des Jeux paralympiques de 2016, qui a remporté 8 médailles. Il était également membre du personnel aux Jeux parapanaméricains de Toronto en 2015, aux championnats du monde de l'IPC en 2013 et 2015, présentés à Montréal et Glasgow respectivement, et aux Jeux du Commonwealth 2014 à Glasgow.

Ses premiers championnats majeurs en tant qu'entraîneur-chef pour le Canada auraient été les championnats du monde de l'IPC 2017, qui ont été annulés suite au tremblement de terre à Mexico. Mikuska a aidé l'équipe à surmonter l'adversité pendant cette année, lorsqu'ils sont revenus du camp préparatoire au Nouveau-Mexique pour participer à l'Open canadien de paranatation à Toronto. Il était entraîneur-chef lors des championnats para-pacifique en 2018, lorsque le Canada a remporté 40 médailles (38 individuelles et 2 de relais), dont 14 d'or. Les Canadiens ont battu 24 records personnels, 10 records nationaux, trois records des Amériques et un nouveau record du monde (Aurélie Rivard, 400 m libre).

Mikuska a été l'entraîneur du paralympien de 1996 et 2000 et ancien détenteur d'un record du monde, Bob Penner. Il était également entraîneur adjoint pour l'équipe canadienne lors des Jeux paralympiques de Sidney, en Australie, en 2000, et lors des Jeux parapanaméricains 2011 à Guadalajara, au Mexique.

Mikuska est diplômé de l'Université du Manitoba et de la Simon Fraser University. Il a été entraîneur du Spartan Swim Club à Chilliwack pendant 13 ans et entraîneur provincial pour Swim British Columbia pendant quatre ans. Il a également été l'entraîneur du champion du monde 2007 et médaillé de bronze en 2012, Brent Hayden, au niveau groupes d'âge.

Lorsqu'il n'est pas à la piscine, Mikuska est passionné de peinture.

WORLD PARA SWIMMING CHAMPIONSHIPS TEAM

L'ÉQUIPE DES CHAMPIONNATS DU MONDE

MEN'S TEAM ÉQUIPE MASCULINE				
NAME NOM	CLUB	COACH ENTRAÎNEUR	HOMETOWN VILLE NATALE	RESIDENCE VILLE DE RÉSIDENCE
Cabraja, Matthew	Cobra Swim Club	Ian Roopnarine	Brampton, ON	Woodbridge, ON
Elliot, Alec	Rouge et Or Université Laval	Nicholas Perron	Kitchener, ON	Quebec City, QC
Leroux, James	CHP-Québec	Mike Thompson	Repentigny, QC	Repentigny, QC
Turbide, Nicolas-Guy	Club de Natation Region de Quebec	Marc-André Pelletier	Quebec City, QC	Quebec City, QC
Zona, Zach	CHP-Québec	Mike Thompson	Waterford, ON	Montreal, QC

WOMEN'S TEAM ÉQUIPE FÉMININE				
NAME NOM	CLUB	COACH ENTRAÎNEUR	HOMETOWN VILLE NATALE	RESIDENCE VILLE DE RÉSIDENCE
Bird, Morgan	CHP-Québec	Mike Thompson	Calgary, AB	Montreal, QC
Bérubé, Camille	Natation Gatineau	Craig McCord	Gatineau, QC	Gatineau, QC
Dorris, Danielle	Club de Natation Bleu et Or	Ryan Allen	Moncton, NB	Moncton, NB
Duchesne, Sabrina	Rouge et Or	Johanne Girardin	St-Augustin, QC	St-Augustin, QC
Ens, Nikita	Saskatoon Laser Swim Club	Eric Kramer	Meadow Lake, SK	Saskatoon, SK
Kisser, Danielle	CHP-Québec	Mike Thompson	Delta, BC	Montreal, QC
Morrier, Justine	C.N. du Haut-Richelieu	France Latendresse	St-Jean-sur-Richelieu, QC	St-Jean-sur-Richelieu, QC
Newkirk, Shelby	Saskatoon Laser Swim Club	Eric Kramer	Saskatoon, SK	Saskatoon, SK
Rivard, Aurélie	CHP-Québec	Mike Thompson	St-Jean-Sur-Richelieu, QC	Montreal, QC
Routliffe, Tess	CHP-Québec	Mike Thompson	Caledon, ON	Montreal, QC
Roxon, Katarina	Aqua Aces Swim Club	Leonard Roxon	Kippens, NL	Kippens, NL
Tripp, Abi	Kingston Y Penguins Aquatic Club	Vicki Keith	Kingston, ON	Kingston, ON
Van Wyck-Smart, Aly	Variety Village	Ryan Jones	Toronto, ON	Toronto, ON

STAFF MEMBERS MEMBRES DU PERSONNEL	
NAME NOM	POSITION
Lomas, Wayne	Team Leader Chef d'équipe
Van Steen, Emma	Team Manager Gérante d'équipe
Walton, Marj	Assistant Manager (Staging camp) Gérante assistante (Camp d'entraînement)
Mikuska, Vince	Head Coach Entraineur-chef
Keith, Vicki	Coach Entraineuse
Kramer, Eric	Coach Entraineur
Thompson, Mike	Coach Entraineur
Edey, Michael	Assistant Coach Entraineur adjoint
Dunn, Janet	Team Coach Entraineuse d'équipe
Paquette, Myriam	IST Lead & Physiologist Gérante de l'ÉSI et Physiologiste
Dr. Bourgeois, Andreeanne	Physician Médecin
Coughlan, Stephanie	Massage Therapist Massothérapeute
Churchman, Monty	Massage Therapist (staging camp) Massothérapeute (Camp d'entraînement)
Smith, Kathleen	Physiotherapist Physiothérapeute
Gorodetsky, Vika	Physiotherapist Physiothérapeute
Olson, Graham	Video Analysis Analyse vidéo
Dr. Wrigley, Allan	IST Director Directeur de l'ÉSI
Belanger, Michel	Media Attaché Média attaché



SHELBY NEWKIRK



NICOLAS-GUY TURBIDE



MORGAN BIRD

WORLD PARA SWIMMING CHAMPIONSHIPS TRACKING

DAY	GENDER	NAME	SPORT CLASS	DISTANCE	2016 PARA-LYMPICS RESULT	PB SINCE (AND INCLUDING) RIO 2016	DATE OF PB	2019 WORLD RANKING AS OF AUG 20, 2019	# OF WORLDS ATTENDED (MINUS 2017)
Day 01	W	Berube, Camille	7	50 Butterfly		00:38.71	2019-08-09	9	3
Day 01	W	Bird, Morgan	8	100 Freestyle	5	01:09.67	2017-03-31	10	2
Day 01	M	Cabraja, Matthew	11	50 Freestyle		00:27.82	2019-08-08	10	0
Day 01	W	Duchesne, Sabrina	7	50 Butterfly		00:39.03	2019-08-11	10	1
Day 01	M	Elliot, Alexander	10	50 Freestyle	8	00:24.84	2016-09-09	7	1
Day 01	W	Rivard, Aurelie	10	50 Freestyle	1	00:27.37	2016-09-09	1	3
Day 01	W	Routliffe, Tess	7	50 Butterfly	7	00:36.80	2016-09-08	4	1
Day 01	W	Roxon, Katarina	9	100 Freestyle	14	01:06.20	2016-09-14	21	4
Day 01	W	Tripp, Abi	8	100 Freestyle	7	01:09.07	2017-10-04	14	1
Day 02	M	Cabraja, Matthew	11	100 Backstroke		01:15.21	2019-08-09	9	0
Day 02	W	Dorris, Danielle	8	100 Backstroke	15	01:23.59	2018-08-12	13	0
Day 02	W	Duchesne, Sabrina	7	400 Freestyle	9 (S8)	05:21.83	2019-04-05	5	1
Day 02	M	Elliot, Alexander	10	200 Medley		02:14.61	2019-04-07	4	1
Day 02	W	Morrier, Justine	14	100 Backstroke		01:17.80	2017-07-06	27	2
Day 02	M	Turbide, Nicolas Guy	13	100 Backstroke	3	00:59.28	2018-08-12	2	2
Day 03	W	Bird, Morgan	8	100 Butterfly		01:19.85	2016-09-11	10	2
Day 03	W	Dorris, Danielle	8	100 Butterfly	10	01:18.20	2018-08-13	6	0
Day 03	M	Elliot, Alexander	10	400 Freestyle	10	04:07.69	2019-04-05	1	1
Day 03	W	Ens, Nikita	3	150 Medley		04:38.50	2019-07-05	4	0
Day 03	W	Morrier, Justine	14	100 Breaststroke		01:24.04	2018-08-12	11	2
Day 03	W	Rivard, Aurelie	10	400 Freestyle	1	04:29.27	2018-08-09	2	3
Day 03	W	Routliffe, Tess	7	100 Breaststroke	4	01:32.71	2018-04-13	5	1
Day 03	W	Tripp, Abi	7	100 Breaststroke		01:32.51	2018-07-18	4	1
Day 03	W	van Wyck-Smart, Aly	2	100 Backstroke		02:41.98	2019-08-09	2	0
Day 04	W	Berube, Camille	7	100 Backstroke		01:24.02	2018-07-19	7	3
Day 04	W	Bird, Morgan	8	400 Freestyle		05:23.19	2016-09-16	15	2
Day 04	M	Cabraja, Matthew	11	200 Medley		02:52.17	2019-06-01	16	0
Day 04	W	Ens, Nikita	3	50 Backstroke		01:14.47	2016-09-11	10	0
Day 04	W	Kisser, Danielle	6	100 Backstroke		01:43.57	2018-08-11	16	1
Day 04	W	Newkirk, Shelby	7	100 Backstroke		01:19.99	2017-08-04	2	0*
Day 04	W	Rivard, Aurelie	10	100 Freestyle	1	00:59.31	2016-09-13	1	3
Day 04	W	Routliffe, Tess	7	100 Backstroke	10	01:29.96	2019-07-05	14	1
Day 04	M	Zona, Zach	8	400 Freestyle		04:42.05	2019-04-05	6	1

* was selected to 2017

SUIVRE AUX CHAMPIONNATS DU MONDE DE PARANATATION

DAY	GENDER	NAME	SPORT CLASS	DISTANCE	2016 PARA-LYMPICS RESULT	PB SINCE (AND INCLUDING) RIO 2016	DATE OF PB	2019 WORLD RANKING AS OF AUG 20, 2019	# OF WORLDS ATTENDED (MINUS 2017)
Day 05	W	Berube, Camille	7	200 Medley		03:06.00	2016-11-27	6	3
Day 05	W	Bird, Morgan	8	50 Freestyle	7	00:31.29	2017-03-31	8	2
Day 05	M	Cabraja, Matthew	11	100 Freestyle		01:03.64	2019-04-04	10	0
Day 05	W	Duchesne, Sabrina	7	200 Medley	14 (SM8)	03:14.02	2017-10-04	9	1
Day 05	W	Ens, Nikita	3	50 Freestyle		01:14.54	2018-08-09	9	0
Day 05	W	Routliffe, Tess	7	200 Medley	2	03:01.51	2018-08-12	5	1
Day 05	W	Tripp, Abi	8	50 Freestyle	10	00:32.24	2017-10-03	11	1
Day 05	M	Turbide, Nicolas Guy	13	200 Medley		02:15.03	2018-08-11	3	2
Day 05	W	van Wyck-Smart, Aly	2	50 Backstroke		01:18.19	2019-08-10	3	0
Day 06	W	Dorris, Danielle	8	200 Medley		02:59.62	2018-08-13	15	0
Day 06	W	Duchesne, Sabrina	7	100 Freestyle	11 (S8)	01:15.32	2019-04-07	11	1
Day 06	M	Leroux, James	9	100 Breaststroke	7	01:09.24	2019-04-06	3	1
Day 06	W	Newkirk, Shelby	7	100 Freestyle		01:14.62	2018-06-07	6	0*
Day 06	W	Rivard, Aurelie	10	100 Backstroke	4	01:09.62	2016-09-10	5	3
Day 06	W	Routliffe, Tess	7	100 Freestyle		01:13.97	2018-08-09	12	1
Day 06	W	Roxon, Katarina	9	200 Medley	7	02:37.87	2017-10-04	14	4
Day 06	M	Turbide, Nicolas Guy	13	100 Butterfly		01:00.82	2018-08-13	10	2
Day 06	M	Zona, Zach	8	200 Medley		02:38.90	2018-08-11	14	1
Day 07	W	Berube, Camille	6	100 Breaststroke	9 (SB7)	01:42.89	2016-11-26	9	3
Day 07	M	Cabraja, Matthew	11	400 Freestyle		05:01.22	2019-08-08	8	0
Day 07	W	Ens, Nikita	3	100 Freestyle		02:33.73	2019-08-10	8	0
Day 07	W	Kisser, Danielle	6	100 Breaststroke		01:46.88	2018-08-12	10	1
Day 07	W	Morrier, Justine	14	100 Butterfly		01:12.74	2018-07-18	11	2
Day 07	W	Newkirk, Shelby	6	100 Breaststroke		01:48.94	2017-10-04	24	0*
Day 07	W	Newkirk, Shelby	7	50 Freestyle		00:34.22	2019-04-03	5	0*
Day 07	W	Roxon, Katarina	8	100 Breaststroke	1	01:19.44	2018-07-21	3	4
Day 07	M	Turbide, Nicolas Guy	13	50 Freestyle	8	00:25.18	2018-08-13	10	2
Day 07	W	van Wyck-Smart, Aly	2	100 Freestyle		02:39.19	2019-08-11	1	0

* was selected to 2017

CANADIAN PARA-SWIMMING RECORDS

EVENT ÉPREUVES	SPORT CLASS CLASSE SPORTIVE	WOMEN'S TEAM ÉQUIPE FÉMININE	CLUB	PROVINCE
50-m Backstroke	S2	Aly Van Wyck-Smart	VVAC	ON
100-m Backstroke	S2	Aly Van Wyck-Smart	VVAC	ON
50-m Backstroke	S3	Nikita Ens	LASER	SK
100m- Freestyle	S3	Nikita Ens	LASER	SK
50-m Freestyle	S4	Tammy Cunnington	RDCSC	AB
150-m Individual Medley	SM4	Joelle Rivard	SL	QC
100-m Backstroke	S6	Danielle Kissner	DELTA	BC
100-m Breaststroke	SB6	Danielle Kissner	DELTA	BC
100-m Backstroke	S7	Shelby Newkirk	LASER	SK
50-m Butterfly	S7	Brianna Nelson	ISLAND	BC
50-m Freestyle	S7	Tess Routliffe	STARS	ON
100-m Freestyle	S7	Tess Routliffe	STARS	ON
400-m Freestyle	S7	Sabrina Duchesne	UL	QC
100-m Breaststroke	SB7	Abi Tripp	KYPAC	ON
200-m Individual Medley	SM7	Tess Routliffe	NN	ON
100-m Backstroke	S8	Danielle Dorris	CNBO	NB
100-m Butterfly	S8	Danielle Dorris	CNBO	NB
50-m Freestyle	S8	Morgan Bird	CASC	AB
100-m Freestyle	S8	Abi Tripp	KYPAC	ON
400-m Freestyle	S8	Abi Tripp	KYPAC	ON
100-m Breaststroke	SB8	Katarina Roxon	AASC	NL
200-m Individual Medley	SM8	Abi Tripp	KYPAC	ON
100-m Freestyle	S9	Stephanie Dixon	PCS	BC
200-m Individual Medley	SM9	Stephanie Dixon	PCS	BC
100-m Backstroke	S10	Summer Mortimer	DUCKS	ON
50-m Freestyle	S10	Aurélie Rivard	CNHR	QC
100-m Freestyle	S10	Aurélie Rivard	CNHR	QC
400-m Freestyle	S10	Aurélie Rivard	NN	QC
100-m Backstroke	S14	Angela Marina	BRANT	ON
100-m Butterfly	S14	Angela Marina	BRANT	ON
100-m Breaststroke	SB14	Justine Morrier	CNHR	QC

EVENT ÉPREUVES	SPORT CLASS CLASSE SPORTIVE	MEN'S TEAM ÉQUIPE MASCULINE	CLUB	PROVINCE
400-m Freestyle	S8	Philippe Vachon	MEGO	QC
200-m Individual Medley	SM8	Philippe Vachon	MEGO	QC
100-m Breaststroke	SB9	James Leroux	UL	QC
50-m Freestyle	S10	Nathan Stein	SKSC	BC
400-m Freestyle	S10	Philippe Gagnon	UL	QC
200-m Individual Medley	SM10	Benoit Huot	CNPPO	QC
100-m Backstroke	S11	Donovan Tildesley	UBCD	BC
50-m Freestyle	S11	Donovan Tildesley	UBCD	BC
100-m Freestyle	S11	Donovan Tildesley	UBCD	BC
400-m Freestyle	S11	Donovan Tildesley	UBCD	BC
200-m Individual Medley	SM11	Donovan Tildesley	UBCD	BC
100-m Backstroke	S13	Nicolas-Guy Turbide	CNQ	QC
100-m Butterfly	S13	Brian Hill	CNPPO	QC
50-m Freestyle	S13	Nicolas-Guy Turbide	CNQ	QC
200-m Individual Medley	SM13	Nicolas-Guy Turbide	CNQ	QC

RECORDS CANADIENS DE PARANATATION

MEET COMPETITION	LOCATION	DATE	TIME TEMPS
2019 National Swimming Championships	Winnipeg	2019-10-08	AR 01:18.19
2019 National Swimming Championships	Winnipeg	2019-09-08	AR 02:41.98
2019 National Swimming Championships	Winnipeg	2019-10-08	01:14.47
2019 National Swimming Championships	Winnipeg	2019-11-08	02:33.73
Para Swimming Canadian Open 2017	Toronto, ON	2017-10-03	51.95
Paralympic Games	Atlanta, USA	1996	3:27.45
Pan Pacific Para Swimming Championships	Cairns, AUS	2018-08-12	1:43.57
IPC 2013 World Championship	Montréal, QC	2013-08-13	1:46.27
2019 Canadian Swimming Trials	Toronto, ON	2019-04-03	WR 1:19.99
IPC 2013 World Championship	Montréal, QC	2013-08-17	35.70
2016 Paralympic Games	Rio de Janeiro, BRA	2016-09-08	33.89
2016 Paralympic Games	Rio de Janeiro, BRA	2016-09-16	1:13.97
2019 National Swimming Championships	Winnipeg	2019-08-08	05:29.21
2018 IDM World Series Berlin	Edmonton, AB	2018-07-18	01:32.5
Pan Pacific Para Swimming Championships	Cairns, AUS	2018-08-11	3:01.51
Pan Pacific Para Swimming Championships	Cairns, AUS	2018-08-12	1:23.59
Pan Pacific Para Swimming Championships	Cairns, AUS	2018-08-13	1:18.20
2016 Paralympic Games	Rio de Janeiro, BRA	2016-09-16	31.29
Para Swimming Canadian Open 2017	Toronto, ON	2017-10-04	1:09.07
2016 Paralympic Games	Rio de Janeiro, BRA	2016-09-08	5:16.25
2016 Paralympic Games	Rio de Janeiro, BRA	2016-09-14	1:19.44
2016 Paralympic Games	Rio de Janeiro, BRA	2016-09-17	2:55.08
2008 Beijing Paralympics	Beijing, CHN	2008-09-08	01:03.9
2008 Beijing Paralympics	Beijing China	2008-09-11	2:37.54
Paralympic Games	London, GBR	2012-01-09	WR 1:05.90
2016 Paralympic Games	Rio de Janeiro, BRA	2016-09-09	27.37
2015 Parapan Am Games	Toronto, ON	2015-08-14	WR 59.17
Pan Pacific Para Swimming Championships	Cairns, AUS	2018-08-09	WR 4:29.27
2018 World Para Swimming World Series	Lignano Sabbiadoro, ITA	2018-05-24	1:13.54
2017 Canada Summer Games	Winnipeg, MB	2017-08-09	1:09.63
Canadian Swimming Trials	Edmonton, AB	2018-07-18	1:24.04

MEET COMPETITION	LOCATION	DATE	TIME TEMPS
Pan Pacific Para Swimming Championships	Cairns, AUS	2018-08-09	4:37.61
2018 Commonwealth Games	Gold Coast, AUS	2018-04-08	2:34.03
Canadian Swimming Trials	Toronto, ON	2018-04-06	1:09.24
Paralympic Games	London, GBR	2012-01-09	23.58
Summer Nationals	Montréal, QC	1999-08-01	4:03.29
Jeux Paralympiques 2012	London, GBR	2012-01-09	WR 2:10.01
World Championships 2010	Eindhoven, NED	2010-08-20	1:11.05
Paralympic Games	Athens, GRE	2004-09-26	27.76
2006 CWG Trials	Victoria, BC	2005-11-24	1:00.27
Can-Am Championships	Victoria, BC	2008-07-12	4:42.00
World Championship 2010	Eindhoven, NED	2010-08-15	2:29.25
Pan Pacific Para Swimming Championships	Cairns, AUS	2018-08-12	59.28
CAN-AM Championships	Edmonton, AB	2009-07-30	59.95
Pan Pacific Para Swimming Championships	Cairns, AUS	2018-08-13	25.18
Pan Pacific Para Swimming Championships	Cairns, AUS	2018-08-11	2:15.03

SWIM GLOSSARY

ALTERNATE The next two fastest swimmers that did not make finals; should a finalist be unable to swim the next fastest alternate will be called in his or her place

ANCHOR The fourth and final swimmer in a relay

BACKSTROKE FLAGS Pennant-shaped flags placed five metres from the wall, allowing backstroke swimmers to know how far away they are in order to execute proper turns and finishes.

BELL LAP As a distance swimmer approaches the start end for the second-last time, an official rings a bell to indicate the final lap

BEST AVERAGE A training set in which a swimmer tries to achieve the best possible average time over a series of repeats

CHECK IN A procedure that requires swimmers to sign in before swimming an event

COACH OF RECORD The Coach who is recognized as being the most impactful on the swimmer's current performance.

COURSE Designated distance or length of the pool for a competition

• **LONG-COURSE** 50-metre pool

• **SHORT-COURSE** 25-metre pool

• Swimming Canada only recognizes times swum in metres, not yards pools

CLUB A registered swim team that is in good standing

CUT Qualifying time or standard necessary to attend certain competition

DECK Area around the swimming pool reserved for swimmers, coaches and officials.

DECK ENTRY When entries are accepted on the first day or subsequent days of a competition

DQ Disqualification; occurs when a swimmer has committed an infraction of some kind and is no longer eligible to receive an award, nor will there be an official time in that event

EVENT A race or stroke over a given distance. An event equals one preliminary with final or one timed final.

FALSE START When a swimmer moves prior to the starting signal

FINALS The fastest heat of qualifying swimmers from the preliminary heats

FINAL RESULTS The printed copy of the results of each race of a swim meet

HEAT All of the swimmers entered in the event are divided into groups of swimmers depending on the number of lanes

HEAT SHEET (OR START LIST) The pre-session printed listings of swimmers scheduled to compete in the various heats.

IM stands for individual medley; an event in which all four strokes are swam in sequence

LEG A single stroke in an individual medley (IM) event or the part of a relay event swum by a single team member

NEGATIVE SPLIT When a swimmer completes the second half of the race faster than the first half

OUT-TOUCH Commonly used to describe a close victory, e.g. "She just out-touched me."

PACE The often pre-determined speed with which a swimmer completes each segment of a race

PSYCH SHEET The pre-meet printed listings of swimmers' seed times in the various events at a swim meet

READY ROOM A room poolside for the swimmers to relax before they compete in finals

RELAY TAKEOVER A movement used in relay events where the second, third and fourth swimmers swing their arms in order to gain extra momentum for their dives. An "early takeover" occurs if a swimmer leaves the starting block before the previous swimmer touched the wall, resulting in a disqualification.

SCRATCH To withdraw from an event in a competition

SHAVE The process of removing all arm, leg and exposed torso hair to decrease the "drag" or resistance of the body moving through the water. Used only by senior swimmers at important meets.

SEEDING Assigning swimmers heats and lanes according to their submitted or preliminary times.

• **CIRCLE SEEDING** A method of seeding swimmers when they are participating in a prelims/finals event. When using eight lanes, the fastest 24 swimmers are seeded in the last three heats, with the fastest swimmers being in the inside lanes.

• **FASTEAST TO SLOWEST** A seeding method used on the longer events at the end of a session. The fastest seeded swimmers participate in the first heats followed by the next fastest and so on. Many times these events alternate one female heat and one male heat until all swimmers have competed.

SPLIT An intermediate time taken from portion of an event that is shorter than the total distance and is timed

START LIST (OR HEAT SHEET) The pre-session printed listings of swimmers scheduled to compete in the various heats

SWIM-OFF In a prelims/finals type competition a race after the scheduled event to break a tie. The only circumstance that warrants a swim-off is to determine which swimmer makes finals or an alternate, otherwise the tie stands.

SWIM THROUGH Used to describe when swimmers remain in full training intensity before and during a meet

TAPER The resting phase of a swimmer's training schedule before an important meet.

TOUCH PAD A large sensitive board at the end of each lane where a swimmer's touch is registered and sent electronically to the timing system

TRAINING SET A component of a training session designed to address a certain aspect of the overall training program.

UNATTACHED An athlete member who competes, but does not represent a club or team

UNOFFICIAL TIME The time displayed on a read out board or read over the intercom by the announcer immediately after a race. After the time has been checked, it will become official.

WARM UP A period of swimming used by swimmers prior to a main practice set or a race to get muscles loose and warm, and to gradually increase heart rate and respiration.

WARM DOWN A period of swimming used by swimmer after a race or main practice set to rid the body of excess lactic acid, and to gradually reduce heart rate and respiration.

WENT OUT Used to describe a pace or split time in the first part of a race, e.g. "I went out a little faster/slower than I wanted to."

LEXIQUE DE NATATION

SUBSTITUT Les deux nageurs les plus rapides suivants qui ne se sont pas qualifiés pour les finales; si un finaliste ne peut pas nager, le substitut le plus rapide suivant sera appelé à sa place

DERNIER Le quatrième et dernier nageur dans un relais

DRAPEAUX Drapeaux de forme triangulaire placés à cinq mètres du mur permettant aux dossistes de savoir où ils sont par rapport au mur et d'exécuter un bon virage.

TOUR DE LA CLOCHE Quand un nageur de longue distance approche de l'extrémité de départ pour l'avant-dernière fois, un officiel sonne une cloche pour indiquer le dernier tour

MEILLEURE MOYENNE Une série d'entraînement dans laquelle un nageur essaie de réussir le meilleur temps moyen possible dans une série de répétitions

ENREGISTREMENT Une procédure qui exige que les nageurs s'enregistrent avant de nager une épreuve

ENTRAÎNEUR PERSONNEL L'entraîneur qui est reconnu comme étant celui qui a le plus d'impact sur la performance actuelle du nageur.

BASSIN Distance désignée ou longueur de la piscine pour une compétition

• **GRAND BASSIN** piscine de 50 mètres

• **PETIT BASSIN** piscine de 25 mètres

Natation Canada ne reconnaît que les temps nagés dans des piscines en mètres, pas en verges

CLUB Une équipe enregistrée de natation qui est en règle

STANDARD Temps ou critère de qualification nécessaire pour participer à certaines compétitions

BORD DE LA PISCINE Zone autour de la piscine de natation réservée aux nageurs, entraîneurs et officiels.

INSCRIPTIONS AU BORD DE LA PISCINE Quand les inscriptions sont acceptées le premier jour ou les jours suivants d'une compétition

DISQ Disqualification; se produit quand un nageur a commis une infraction quelconque et n'est plus admissible pour recevoir un prix, ni qu'il aura un temps officiel pour cette épreuve

ÉPREUVE Une course ou un style dans une distance donnée. Une épreuve égale une ronde préliminaire avec la finale ou une finale contre la montre.

FAUX DÉPART Quand un nageur bouge avant le signal de départ

FINALE La course la plus rapide des nageurs qui sont qualifiés à la suite des rondes préliminaires

RÉSULTATS FINAUX La copie imprimée des résultats de chaque course dans une compétition de natation

RONDÉS PRÉLIMINAIRES Tous les nageurs inscrits dans l'épreuve sont divisés en groupes de nageurs selon le nombre de couloirs

FEUILLE DE DÉPART (OU LISTE DE DÉPART) Les listes imprimées pré-session des nageurs qui doivent concourir dans les différentes rondes préliminaires.

QNI signifie quatre nages individuel; une épreuve dans laquelle les quatre styles sont nagés un après l'autre

PORTION Un seul style dans une épreuve de quatre nages individuel ou la portion d'un relais nagé par un seul membre de l'équipe

TEMPS DE PASSAGE NÉGATIF Quand un nageur termine la deuxième moitié de la course plus vite que la première moitié

BATTU À LA TOUCHE Fréquemment utilisé pour décrire une victoire serrée, ex.: «Elle m'a battue à la touche».

RYTHME La vitesse souvent pré-déterminée avec laquelle un nageur termine chaque segment d'une course

FEUILLE DES TEMPS DE DÉPART les feuilles imprimées pré-compétition des temps de pré-classement des nageurs dans les différentes épreuves d'une compétition de natation

SALLE D'APPEL Une salle près de la piscine dans laquelle les nageurs se détendent avant de participer aux finales

ÉCHANGE DE RELAIS Un mouvement exécuté dans les relais où le 2e, 3e et 4e relayeur donne un élan avec leurs bras afin d'obtenir le plus d'impulsion possible pour leur plongeon. Un départ trop tôt, lorsque le nageur quitte le bloc avant que l'autre touche le mur, provoque une disqualification.

FORFAIT Se retirer d'une épreuve dans une compétition

RASER La procédure de retirer tous les poils des bras, des jambes et du torse exposés pour diminuer le «freinage» ou la résistance du corps qui se déplace dans l'eau. Utilisé uniquement par les nageurs seniors dans des compétitions majeures.

PRÉ-CLASSEMENT Assigner les rondes préliminaires et les couloirs des nageurs selon leurs temps soumis ou les temps préliminaires.

• **PRÉ-CLASSEMENT EN BOUCLE** Une méthode pour pré-classer les nageurs quand ils participent à une épreuve préliminaire/finale. En utilisant huit couloirs, les 24 nageurs les plus rapides sont pré-classés dans les trois dernières courses préliminaires, avec les nageurs les plus rapides placés dans les couloirs intérieurs.

• **PLUS RAPIDES AUX PLUS LENTS** Une méthode de pré-classement utilisée dans les épreuves plus longues à la fin d'une session. Les nageurs pré-classés les plus rapides nagent dans la première course préliminaire, suivis par les plus rapides suivants et ainsi de suite. Plusieurs fois ces épreuves alternent une course féminine et une course masculine jusqu'à ce que tous les nageurs aient nagé.

TEMPS DE PASSAGE Un temps intermédiaire pris pour une portion d'une épreuve qui est plus courte que la distance totale et qui est chronométrée

LISTE DE DÉPART (OU FEUILLE DE DÉPART) Les listes imprimées pré-session des nageurs qui doivent nager dans les différentes rondes préliminaires

COURSE ÉLIMINATOIRE Dans une compétition de format avec des rondes préliminaires/finale, une course après l'épreuve prévue pour briser une égalité. La seule circonstance qui garantit une course éliminatoire est pour déterminer quel nageur participe à la finale ou est substitut, sinon l'égalité est conservée.

NAGER SANS ARRÊT Utilisé pour décrire quand les nageurs demeurent en pleine intensité d'entraînement avant et pendant une compétition

RALENTISSEMENT La phase de repos d'un horaire d'entraînement d'un nageur avant une compétition importante.

PANNEAU DE TOUCHE Un grand panneau sensible à l'extrémité de chaque couloir qui enregistre la touche d'un nageur et qui envoie électroniquement le signal au système de chronométrage

SÉRIE D'ENTRAÎNEMENT Un élément d'une session d'entraînement conçu pour traiter un certain aspect du programme d'entraînement global.

INDÉPENDANT Un athlète membre qui concourt, mais ne représente pas un club ou une équipe

TEMPS NON OFFICIEL Le temps affiché sur un tableau de lecture ou annoncé au micro par l'annonceur immédiatement après une course. Après que le temps aura été vérifié, il deviendra officiel.

ÉCHAUFFEMENT Une période de nage utilisée par les nageurs avant une série principale d'entraînement ou une course pour détendre et échauffer les muscles et pour graduellement augmenter le rythme cardiaque et la respiration.

RÉCUPÉRATION Une période de nage utilisée par les nageurs après une course ou une série principale d'entraînement pour éliminer du corps le surplus d'acide lactique et pour graduellement diminuer le rythme cardiaque et la respiration.

DÉPART Utilisé pour décrire un rythme ou un temps de passage dans la première portion d'une course, ex. «J'ai eu un départ un peu plus rapide/lent que ce que je voulais».



TESS ROUTLIFFE & AURÉLIE RIVARD



SWIMMING.CA · NATATION.CA