

# Québec 2023

## Invitation provinciale - 50m

### 27 au 29 janvier 2023

**Nom de l'installation :**

Piscine Lucien-Flamand  
Centre Wilbrod-Bhérier  
7, rue Robert-Rumilly, Québec, Qc  
G1K 2K5  
Tel :418-641-6255

**Installations :**

Bassin de 50 mètres  
6 couloirs  
Câbles anti-vagues  
Vestiaires  
Mezzanine pour spectateurs  
Système de chronométrage Daktronique avec tableau d'affichage

**Directeur de rencontre :**

Annick Meunier et Pierre Brisson  
Courriel: [competition@cng.club](mailto:competition@cng.club)  
Téléphone: 418-656-5837

**Responsable des inscriptions :**

Pierre Brisson  
Courriel: [competition@cng.club](mailto:competition@cng.club)  
Téléphone: 418-656-5837

**Responsable des officiels :**

Nicolas Legaré  
Courriel: [roc@cng.club](mailto:roc@cng.club)  
Lien vers formulaire pour être officiel ou bénévole : [Formulaire officiels et bénévoles](#)

**Type d'invitation :**

Invitation ouverte – Invitation provinciale – ouverte –  
5 sessions – avec finales

# INFORMATIONS SUR LA COMPÉTITION

## RÈGLEMENTS

- Les règlements de Natation Canada et ceux de la FNQ seront en vigueur, incluant le Règlement de sécurité de la natation en bassin;
- Les départs se feront à partir des plots de départ selon FINA FR 2.3 et SW 4.1.
- Pour les paranageurs, les départs seront réalisés en conformément au règlement WPS 11.1 et au paragraphe 1.2.3.1 de l'annexe 2 de WPS;
- Durant la compétition, les procédures de sécurité pour l'échauffement en compétition de Natation Canada seront en vigueur, un athlète fautif pourrait être pénalisé et ne pas participer à sa première épreuve de la session.  
[Procédures-de-securite-pour-lechauffement-en-compétition-de-natation-canada-2020](#)

## ADMISSIBILITÉ DES NAGEURS

- Les nageurs doivent être inscrits comme membres compétitifs à la Fédération de natation du Québec ou de sa propre fédération provinciale/nationale;
- Aucun standard pour les 11 ans et plus.  
\*\* Les nageurs 10 ans et moins pourront être inscrits s'ils ont au moins un standard Coupe des régions (Annexe 1).

## ÉPREUVES

- Un nageur peut être inscrit à un maximum de 7 épreuves.
- Un nageur ne peut être inscrit qu'à l'une ou l'autre des épreuves de 800 et 1500m.
- Le directeur de rencontre se réserve le droit de limiter le nombre de nageurs pour les épreuves de 800 et 1500m.
- Pour les épreuves de 400m, s'il y a trop d'inscriptions, le directeur de rencontre se réserve le droit de faire nager en finale contre-la-montre (les séries lentes aux sessions de préliminaires et la série la plus rapide aux sessions des finales).

## ADMISSIBILITÉ DES ENTRAINEUR(E)S

- Chaque entraîneur participant à une compétition devra être membre en règle de la FNQ ou de sa propre fédération provinciale/nationale;
- Afin de pouvoir entraîner et participer à des compétitions sanctionnées, l'entraîneur(e) d'un club québécois doit avoir minimalement obtenu le statut « certifié » d'une formation suivante :
  - Natation 101– Entraîneur(e) des fondements de la natation
  - Natation 201 – Entraîneur(e) groupe d'âge
  - Natation 301 – Entraîneur(e) senior au début de sa prise de fonction.

Mesure d'exception pour les nouveaux entraîneurs: se référer au règlement de sécurité de la natation en bassin.

- Chaque club devra obligatoirement avoir un entraîneur exclusivement dédié à sa fonction d'entraîneur durant une compétition. Un entraîneur ne pourra donc pas compétitionner si celui-ci est le seul entraîneur présent de son club.

## ADMISSIBILITÉ DES CLUBS

- Chaque club participant à une compétition devra être membre en règle de la FNQ ou de sa propre fédération provinciale/nationale.

## FORMAT DE LA COMPÉTITION

### PRÉ-CLASSEMENT :

- Les temps soumis en 50m seront classés en priorité, suivi des temps en 25m.

### CATÉGORIES D'ÂGE

- 12 ans et moins \*\*
- 13-14 ans
- 15-17 ans
- 18 ans et plus

IMPORTANT : Le groupe d'âge d'un nageur est déterminé par l'âge du nageur le premier jour de la compétition.

\*\* Les nageurs 10 ans et moins pourront être inscrits s'ils ont au moins un standard Coupe des régions (Annexe 1).

### DÉROULEMENT DE LA COMPÉTITION

- Toutes les épreuves se nageront sénior, du plus rapide au plus lent.
- Les épreuves de 800m et 1500m libre se nageront mixtes, finales contre-la-montre.
- Les finales des épreuves de 50m du vendredi se nageront lors des sessions des finales du samedi et dimanche.
- Les 12 ans et moins nageront uniquement lors des sessions des préliminaires en finales contre-la-montre dans les épreuves #100 et 200.

### FORFAITS

- Les forfaits devront être faits par écrit au commis de course au plus tard 30 minutes avant le début de chaque session.

### TEMPS DE PASSAGE OFFICIEL

- Les demandes de temps de passage comme temps officiel devront être faites par écrit au commis de course au plus tard 2 épreuves avant le début de l'épreuve en question.

### INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES

- Il y aura une rencontre des entraîneurs 10 minutes avant chaque session au besoin.
- Il y aura deux périodes de vingt-cinq minutes d'échauffement pour les sessions des préliminaires et une période libre pour les sessions des finales.
- Le bulletin technique sera envoyé par courriel avant la compétition.

### RÉSULTATS

- Les résultats en direct seront disponibles via le lien suivant [swimrankings.net](http://swimrankings.net).
- Disponibles également via l'application SplashMe.

### RÉCOMPENSES

- Les 3 premiers nageurs de chaque catégorie par épreuve individuelle recevront une médaille. Les médaillés doivent être présents pour recevoir leur médaille. Aucune médaille ne sera expédiée après la compétition.

VENDREDI 27 janvier 2023 – PM		
Préliminaires		
Échauffement: 16h30		Début: 17h30
Femmes	Épreuves	Hommes
<b>101</b>	50m Libre	<b>102</b>
<b>1</b>	50m Libre	<b>2</b>
<b>103</b>	50m Brasse	<b>104</b>
<b>3</b>	50m Brasse	<b>4</b>
<b>105</b>	50m Dos	<b>106</b>
<b>5</b>	50m Dos	<b>6</b>
<b>107</b>	50m Papillon	<b>108</b>
<b>7</b>	50m Papillon	<b>8</b>
<b>209</b>	800m Libre	<b>209</b>
<b>210</b>	1500m Libre	<b>210</b>

SAMEDI 28 janvier 2023 – AM		
Préliminaires		
Échauffement: 7h30		Début: 8h30
Femmes	Épreuves	Hommes
<b>111</b>	200m Libre	<b>112</b>
<b>11</b>	200m Libre	<b>12</b>
<b>113</b>	100m Brasse	<b>114</b>
<b>13</b>	100m Brasse	<b>14</b>
<b>115</b>	200m Dos	<b>116</b>
<b>15</b>	200m Dos	<b>16</b>
<b>117</b>	100m Papillon	<b>118</b>
<b>17</b>	100m Papillon	<b>18</b>
<b>119</b>	400m QNI	<b>120</b>
<b>19</b>	400m QNI	<b>20</b>

SAMEDI 28 janvier 2023 – PM		
Finales		
Échauffement: 16h00		Début: 17h00
Femmes	Épreuves	Hommes
<b>5</b>	50m Dos	<b>6</b>
<b>11</b>	200m Libre	<b>12</b>
<b>13</b>	100m Brasse	<b>14</b>
<b>15</b>	200m Dos	<b>16</b>
<b>17</b>	100m Papillon	<b>18</b>
<b>1</b>	50m Libre	<b>2</b>
<b>19</b>	400m QNI	<b>20</b>

DIMANCHE 29 janvier 2023 – AM		
Préliminaires		
Échauffement: 7h00		Début: 8h00
Femmes	Épreuves	Hommes
<b>121</b>	200m QNI	<b>122</b>
<b>21</b>	200m QNI	<b>22</b>
<b>123</b>	100m Libre	<b>124</b>
<b>23</b>	100m Libre	<b>24</b>
<b>125</b>	200m Brasse	<b>126</b>
<b>25</b>	200m Brasse	<b>26</b>
<b>127</b>	100m Dos	<b>128</b>
<b>27</b>	100m Dos	<b>28</b>
<b>129</b>	200m Papillon	<b>130</b>
<b>29</b>	200m Papillon	<b>30</b>
<b>131</b>	400m Libre	<b>132</b>
<b>31</b>	400m Libre	<b>32</b>

DIMANCHE 29 janvier 2023 – PM		
Finales		
Échauffement: 15h30		Début: 16h30
Femmes	Épreuves	Hommes
<b>7</b>	50m Papillon	<b>8</b>
<b>21</b>	200m QNI	<b>22</b>
<b>23</b>	100m Libre	<b>24</b>
<b>25</b>	200m Brasse	<b>26</b>
<b>27</b>	100m Dos	<b>28</b>
<b>29</b>	200m Papillon	<b>30</b>
<b>3</b>	50m Brasse	<b>4</b>
<b>31</b>	400m Libre	<b>32</b>

# PROCÉDURE D'INSCRIPTION

## INSCRIPTION

- Tous les athlètes participant à une compétition doivent être conformément inscrits dans une catégorie admissible au réseau de compétition (ex : un nageur ayant le statut « confirmer compte » n'est pas un nageur inscrit conformément) dans la base de données de Natation Canada\*.
- Le fichier des épreuves est disponible sur le site <https://www.swimming.ca/fr/evenements-resultats/>
- Toutes les inscriptions devront **OBLIGATOIREMENT** être déposées sur ce même site dans la colonne « Déposer entrées » avant la date limite d'inscription.
- Il est de la responsabilité du club de vérifier la validité des données avant de déposer les inscriptions en ligne.

## DATE LIMITE D'INSCRIPTION

- Lundi 16 janvier 2023 à 20h00.

## FRAIS DE PARTICIPATION

- 6,90\$ (6\$ + taxes) de frais fixes de participation par nageur
- 11\$ par épreuves individuelles
- Le paiement devra être fait avant le début de la compétition.

*Chèque à l'ordre de : CNQ (remettre au commis de course)*

ou

*Virement Interac :*

- *Ajouter le CNQ à votre liste en cliquant sur « Ajouter » CNQ*
- *Le mode de virement sera par courriel : [administration@cnq.club](mailto:administration@cnq.club)*
- *Peu importe la question que vous choisissez, la réponse doit être : CNQ*
- *Dans la section « raison » ou « message », inscrire le « nom complet du club »*

## INSCRIPTION TARDIVE

- Des inscriptions pourront être acceptées pendant le temps alloué pour les forfaits pour compléter une série. La demande devra se faire au commis de course.

### **\*Pénalité pour défaut d'inscription**

- Pour un nageur non inscrit conformément dans une catégorie admissible dans le site national d'inscription et ayant participé à une compétition :
  - Le club d'appartenance du nageur aura l'obligation de l'inscrire dans la catégorie appropriée dans les 5 jours suivants **et** une pénalité de 50 \$ par nageur fautif sera envoyée au club.
  - Le comité organisateur ayant accepté dans son événement un nageur non-inscrit recevra une pénalité de 100\$ par nageur fautif.
- Pour un nageur ayant participé à une compétition en étant inscrit dans une catégorie inappropriée :
  - La FNQ procédera à son changement de statut au moment où elle reçoit le rapport de validation de Natation Canada. Le nageur sera inscrit comme nageur compétitif.
  - Des frais administratifs de 20 \$ seront facturés par la FNQ pour le changement de catégorie.

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

Au plaisir de vous accueillir!

Bonne compétition

## Annexe 1

TEMPS DE QUALIFICATION COUPE DES RÉGIONS (ANQCA)							
BASSIN COURT (25 M) 2022-2023							
Niveau	FILLES			FEMMES			
Âge	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans +
Épreuves							
50m libre	37.00	35.50	34.00	32.50	31.50	30.50	30.00
100 m libre	1:25.00	1:21.50	1:15.50	1:12.00	1:10.00	1:08.50	1:07.50
200 m libre	2:57.00	2:50.00	2:39.50	2:34.00	2:30.00	2:28.00	2:26.00
400 m libre	6:15.00	6:00.00	5:32.00	5:28.00	5:24.00	5:19.00	5:15.00
800 m libre	12:30.00	12:00.00	11:25.00	11:19.00	11:12.00	11:03.50	10:45.00
1500 m libre			22:20.00	22:00.00	21:40.00	21:20.00	21:00.00
50 m dos	41.00	40.00	39.00	37.50	36.50	34.75	34.00
100 m dos	1:30.00	1:28.00	1:25.50	1:23.50	1:19.50	1:18.00	1:16.50
200 m dos	3:20.00	3:15.00	3:01.00	2:57.00	2:54.00	2:50.00	2:47.00
50 m brasse	50.50	48.00	47.00	45.00	43.50	42.50	41.50
100 m brasse	1:46.00	1:41.00	1:38.00	1:36.00	1:34.00	1:32.00	1:30.00
200 m brasse	3:41.00	3:38.00	3:34.00	3:30.00	3:25.00	3:21.00	3:17.50
50 m papillon	44.00	42.00	39.00	36.50	35.75	34.50	33.00
100 m papillon	1:38.00	1:32.00	1:26.00	1:23.50	1:21.00	1:19.00	1:17.50
200 m papillon	3:38.00	3:30.00	3:20.00	3:13.00	3:09.00	3:05.00	2:59.00
100 m QNI	1:38.50	1:34.50	1:31.00	1:28.00	1:25.50	1:23.00	1:20.00
200 m QNI	3:20.00	3:15.00	3:07.00	3:03.00	2:55.50	2:50.00	2:47.00
400 m QNI	7:00.00	6:45.00	6:35.00	6:28.00	6:19.00	6:12.00	6:05.00
TEMPS DE QUALIFICATION COUPE DES RÉGIONS (ANQCA)							
BASSIN COURT (25 M) 2022-2023							
Niveau	GARÇONS			HOMMES			
Âge	11 ans	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans	16 ans	17 ans +
Épreuves							
50m libre	37.75	36.25	33.75	31.00	29.75	28.75	28.00
100 m libre	1:26.00	1:22.50	1:14.00	1:10.00	1:07.50	1:06.75	1:05.50
200 m libre	3:01.00	2:52.50	2:37.75	2:31.00	2:25.00	2:21.50	2:19.00
400 m libre	6:19.00	6:06.00	5:27.00	5:20.00	5:13.00	5:07.00	5:00.00
800 m libre	12:40.00	12:15.00	11:20.00	11:08.00	10:48.00	10:38.00	10:30.00
1500 m libre			22:00.00	21:40.00	21:15.00	20:45.00	20:30.00
50 m dos	42.00	41.00	38.50	36.50	35.00	33.75	33.00
100 m dos	1:33.00	1:29.00	1:20.00	1:18.00	1:16.50	1:15.00	1:13.50
200 m dos	3:24.00	3:18.00	2:57.00	2:52.00	2:47.50	2:43.00	2:41.00
50 m brasse	52.00	48.75	46.00	44.00	42.00	40.50	39.00
100 m brasse	1:50.00	1:44.00	1:36.50	1:33.00	1:31.50	1:29.50	1:27.00
200 m brasse	3:50.00	3:45.00	3:30.00	3:25.00	3:18.00	3:12.00	3:08.00
50 m papillon	45.00	42.50	38.00	35.50	34.75	33.75	32.50
100 m papillon	1:40.00	1:34.00	1:29.00	1:22.50	1:20.50	1:19.00	1:14.00
200 m papillon	3:45.00	3:35.00	3:16.00	3:10.00	3:04.00	2:55.00	2:50.00
100 m QNI	1:39.00	1:35.00	1:30.00	1:25.00	1:22.00	1:18.50	1:17.00
200 m QNI	3:25.00	3:18.50	3:06.50	2:58.00	2:52.50	2:48.50	2:45.00
400 m QNI	7:15.00	7:00.00	6:33.00	6:24.00	6:13.00	6:05.00	5:59.00

Merci à nos commanditaires





Profitez du programme de Choice  
Numéro d'identification client # **00622380**  
pour réserver et économiser !

<https://fnq.ca/renouvellement-de-lentente-avec-choice-hotels/>

