Association de Natation

Saguenay - Lac St-Jean – Chibougamau - Chapais

INVITATION RÉGIONALE
SAG-LAC/CHIBOUGAMAU-CHAPAIS 4
(Programme de développement des nageurs)

Samedi le 25 mars 2023

à la piscine de l'école secondaire La Porte-du-Nord

Organisée par le

Club de Natation Chibougamau-Chapais (CNCC)

En collaboration avec

LE SERVICE DES LOISIRS DE VILLE DE CHIBOUGAMAU
LE CENTRE DE SERVICE SCOLAIRE DE LA BAIE JAMES

FÉDÉRATION DE NATATION DU QUÉBEC

FÉDÉRATION DE NATATION DU QUÉBEC

Invitation régionale Sag-Lac 4
Samedi le 25 mars 2023

Date
Samedi 25 mars 2023

Comité de direction

Directeur de rencontre :	**Frédéric Duchesne,** fred.duch.ph@gmail.com
Responsable des officiels :	**Krystel Saulnier,** roc.cncc@gmail.com
Responsable des inscriptions :	**Frédéric Duchesne,** fred.duch.ph@gmail.com
Juges-arbitre :	**Stéphane McKenzie et Claude Laroche**

Lieu
Secteur sportif de l'école secondaire La Porte-du-Nord
265, rue Lanctôt
Chibougamau (Québec) G8P 1C1

Installations
Bassin de 25 m, 6 couloirs avec câbles anti-vagues, chronométrage manuel.

Horaire

	Samedi
Échauffement 1	12 : 00
Échauffement 2	12 : 20
Réunion des entraîneurs	12 : 45
Remise des méritas et records	13 : 00
Début de la compétition	13 : 30

Sanction
Fédération de natation du Québec

Inscriptions
Chaque participant peut s'inscrire à 3 épreuves individuelles et 1 épreuve de relais**.** Les normes d'âge et de nages par participant devront être respectées.

Tous les temps d'inscription doivent être soumis avec un temps prouvé par le nageur lors d'une compétition sanctionnée par la Fédération de natation du Québec. Les temps non prouvés seront modifiés par NT.
Pour les relais, le temps d'inscription de l'équipe de relais doit être un temps lors d'une compétition sanctionnée par la Fédération de natation du Québec. Dans le cas contraire, le temps d'inscription sera modifié par NT.

Les inscriptions devront être effectuées en utilisant le logiciel Splash Team Manager en générant un fichier d'inscription LENEX et en le faisant parvenir via le site d'inscription de Natation Canada, à l'adresse suivante : https://www.swimming.ca/ListeDesCompetitions.aspx

FÉDÉRATION DE NATATION DU QUÉBEC

Invitation régionale Sag-Lac 4
Samedi le 25 mars 2023

Date limite des inscriptions : Jeudi le 16 mars 2023 à minuit

Date limite pour la modification des fichiers d'épreuves : 48 heures suivant l'envoi des confirmations d'inscriptions aux responsables des inscriptions de chaque club. Après ce délai, les inscriptions seront considérées comme finales.

Les **frais d'inscription** sont de : 31,00$ par nageur (épreuves individuelles, frais fixes FNQ/ANA, épreuves de relais et 1$ pour la cérémonie des méritas/records)

Un chèque à l'ordre de **Natchib inc.** devra être remis au commis de course le samedi 25 mars 2023 avant le début de la rencontre et aucun forfait ne sera remboursé.

Inscriptions tardives : Les inscriptions tardives seront acceptées à la discrétion du directeur de rencontre, selon le déroulement de la session et la disponibilité des couloirs, et les athlètes nageront hors concours. Des frais supplémentaires de 10,00$ par épreuve seront chargés.

Catégories de la FNQ (Déterminées par l'âge du nageur le 1er jour de la compétition)

Groupes d'âges
Dames et messieurs
10 ans et moins
11-12 ans
13-14 ans
15-16 ans
17 ans et plus

Épreuves de relais
Dames, messieurs et mixte
12 ans et moins
13-14 ans
15-16 ans
17 ans et plus

Critères d'admissibilité des nageurs et restrictions d'épreuves

Les nageurs compétitifs à la Fédération de natation du Québec sont admissibles. **Aucun nageur non compétitif ou « cours de natation » ne peut participer à cette compétition.** Pour les nageurs de 12 ans et moins, le nageur doit avoir atteint les temps de qualification catégorie Groupe d'âge/Sénior.

Catégorie Groupe d'âge/Sénior

Les inscriptions doivent respecter les temps de qualification déterminés par l'association régionale. Le nageur de 12 ans et moins doit avoir atteint 3 temps de qualification parmi les épreuves suivantes :

	Libre	Dos	Brasse	Papillon	QNI
50 m	0 :45.00	0 :50.00	0 :55.00	0 :50.00	
100 m	1 :35.00	1 :50.00	2 :00.00	1 :50.00	1 :50.00
200 m	3 :30.00	3 :50.00	4 :10.00	3 :50.00	3 :45.00
400 m	7 :15.00				7 :45.00
800m	13 :00.00				
1500m	23 :00.00				

Aucun temps de qualification n'est nécessaire pour les nageurs de 13 ans et plus.

Renseignements sur l'organisation de la compétition

Les procédures de sécurité de Natation Canada pour les échauffements des compétitions seront en vigueur dans cette compétition (voir procédure à l'annexe 1).

La Régie de la sécurité dans les sports du Québec invite tous les intervenants à suivre les règlements de sécurité de la Fédération de natation du Québec, natation en bassin, afin d'assurer une plus grande sécurité de tous les participants.

Toutes les épreuves sont des finales par le temps.

Tous les temps soumis en 50 mètres seront nagés en premier (premières séries) suivis des temps soumis en 25 mètres (du plus lent au plus rapide). Aucune conversion de temps n'est permise.

Les épreuves individuelles seront nagées SENIOR par division de sexes, du plus lent au plus rapide, sauf pour l'épreuve du 800 mètres libre qui sera nagée SENIOR sans division de sexe (TOUS). Les relais se nageront par groupes d'âges selon les années de naissance, sans nombre limite par club. Il y aura possibilité de former des relais « hors concours », à la discrétion du directeur de rencontre. La composition de relais devra respecter l'article CSWAG 1.1.7 (surclassement des nageurs).

Dans le cas où il y aurait plus de 3 séries de 800 mètres libre, les athlètes nageront à deux par couloir (maximum de 3 séries).

Le comité organisateur se réserve le droit d'effectuer des regroupements.

Les départs se feront à partir des blocs de départ selon FINA FR2.3 et SW 4.1.

Il n'y aura aucun essai de temps.

FÉDÉRATION DE NATATION DU QUÉBEC

Invitation régionale Sag-Lac 4
Samedi le 25 mars 2023

Forfaits

Les forfaits devront être déclarés au commis de course trente (30) minutes avant le début de la rencontre. Pour le forfait d'une épreuve, inscrire un X sur l'épreuve du nageur en question sur le formulaire de forfait. Pour le forfait d'un nageur pour la session complète, faire un X sur le numéro séquentiel du nageur. ***Les initiales de l'entraîneur devront être apposées sur les forfaits***.

Officiels

Chaque club devra fournir au moins quatre (4) officiels pour la rencontre. La liste sera sollicitée par Krystel Saulnier et devra être envoyée 7 jours avant la rencontre par courriel au responsable des officiels à roc.cncc@gmail.com

Période d'échauffement

- L'attribution des couloirs sera indiquée dans le bulletin technique et aux murs de la piscine.
- Les procédures de sécurité de Natation Canada pour les échauffements des compétitions seront en vigueur dans cette compétition (voir procédure à l'annexe 1).
- Un maximum de 20 nageurs par couloir est permis.
- Les nageurs doivent entrer dans l'eau LES PIEDS LES PREMIERS d'une manière prudente, en entrant qu'à une extrémité de départ ou de virage à partir d'une position debout ou assise. Le nageur fautif sera pénalisé : il sera retiré de sa première épreuve.
- Les 15 premières minutes de chaque période d'échauffement seront réservées à la nage circulaire et les 5 dernières minutes pour les départs dans les couloirs respectifs.

Réunion des entraîneurs

Une réunion des entraîneurs aura lieu le samedi 25 mars à 12h45 dans le local des sauveteurs.

Résultats

Les résultats seront compilés selon les groupes d'âges et seront transmis sur Splashme.

Récompenses

Épreuves individuelles : des rubans pour les trois (3) premières positions

Épreuves de relais : des rubans pour les relayeurs pour la première (1ère) position.

Le pointage par club de l'invitation régionale Sag-Lac 4 compte pour 25% du pointage cumulatif de la saison 2022-2023.

Repas

Pour les officiels et les entraîneurs, un repas avant la session vous sera offert et une collation légère sera servie durant la compétition.

FÉDÉRATION DE NATATION DU QUÉBEC

Invitation régionale Sag-Lac 4
Samedi le 25 mars 2023

Structure des épreuves

DAMES	SAMEDI	MESSIEURS
1	400 m libre	2
3	50 m papillon	4
5	200 m QNI	6
7	Relais 4 X 50 m libre 12 ans et moins (1)	8
9	Relais 4 X 50 m libre 13-14 ans (1)	10
11	Relais 4 X 50 m libre 15-16 ans (1)	12
13	Relais 4 x 50 m libre 17 ans et plus (1)	14
15	Relais MIXTE 4 X 50 m libre 12 ans et moins (1)	15
16	Relais MIXTE 4 X 50 m libre 13-14 ans (1)	16
17	Relais MIXTE 4 X 50 m libre 15-16 ans (1)	17
18	Relais MIXTE 4 X 50 m libre 17 ans et plus (1)	18
19	200 m brasse	20
21	50 m dos	22
23	100 m libre	24
25	200 m papillon	26
27	50 m brasse	28
29	100 m dos	30
31	50 m libre	32
33	800 m libre (2)	33
34	Relais 4 X 100 m QNI 12 ans et moins (1)	35
36	Relais 4 X 100 m QNI 13-14 ans (1)	37
38	Relais 4 X 100 m QNI 15-16 ans (1)	39
40	Relais 4 x 100 m QNI 17 ans et plus (1)	41
42	Relais MIXTE 4 X 100 m QNI 12 ans et moins (1)	42
43	Relais MIXTE 4 X 100 m QNI 13-14 ans (1)	43
44	Relais MIXTE 4 X 100 m QNI 15-16 ans (1)	44
45	Relais MIXTE 4 x 100 m QNI 17 ans et plus (1)	45

(1) Un nageur ne peut composer plus d'une équipe de relais. Les relais mixtes doivent obligatoirement être composés de 2 hommes et 2 femmes.

(2) Dans le cas où il y aurait des inscriptions pour plus de 2 vagues, les nageurs seront 2 par couloir pour un maximum de 2 séries.

FÉDÉRATION DE NATATION DU QUÉBEC

Invitation régionale Sag-Lac 4
Samedi le 25 mars 2023

ANNEXE 1-PROCÉDURE DE SÉCURITÉ POUR L'ÉCHAUFFEMENT EN COMPÉTITION SWIMMING NATATION CANADA

La direction de la compétition pour toutes les compétitions sanctionnées de natation canadienne doit s'assurer que les procédures de sécurité sont appliquées. Les entraîneurs, les nageurs et les officiels sont responsables de respecter ces procédures pendant toutes les périodes d'échauffement prévues. On demande aux entraîneurs d'encourager les nageurs à coopérer avec les contrôleurs de la sécurité.

ÉCHAUFFEMENT GÉNÉRAL :

- Les nageurs doivent entrer dans l'eau LES PIEDS LES PREMIERS d'une manière prudente, en n'entrant qu'à une extrémité de départ ou de virage à partir d'une position debout ou assise.
- Courir sur le bord de la piscine ou les entrées en courant dans le bassin de la piscine sont interdits.
- La direction de la compétition peut désigner l'utilisation de couloirs de vitesse ou de rythme pendant la période d'échauffement. Une telle utilisation du couloir doit être communiquée par un avis pré-compétition, une annonce ou une affiche sur le bord de la piscine.
- Les départs en plongeant ne sont permis que dans les couloirs désignés de vitesse.
- De la natation à sens unique seulement à partir de l'extrémité de départ dans les couloirs de vitesse est permise.
- Des avis ou des barrières doivent être placés sur les blocs de départ pour indiquer qu'il n'y a pas de plongeon pendant l'échauffement.

ÉQUIPEMENT :

- Les planches de battement, les bouées de traction, les bandes de chevilles et les tubas peuvent être utilisés au cours de la période d'échauffement prévue.
- La direction de la compétition peut permettre l'utilisation de la vitesse aidée d'un tube ou d'une corde dans les couloirs désignés et pendant les périodes spécifiques d'échauffement uniquement. Les entraîneurs sont responsables de la fiabilité de l'utilisation de l'équipement.
- Les palettes, les poches de retenue et les palmes ne sont pas permises pendant aucun moment de l'échauffement.

VIOLATIONS :

- Les nageurs qui sont vus par un contrôleur de la sécurité en train de plonger ou d'entrer dans l'eau d'une manière dangereuse seront retirés sans avertissement de leur première épreuve après la période d'échauffement au cours de laquelle la violation s'est produite.
- Dans le cas d'une deuxième faute pendant la même compétition, le nageur sera retiré de la compétition au complet. Une sanction disciplinaire provinciale ou un rapport peut être rempli.

CONTRÔLEUR DE LA SÉCURITÉ :

Le contrôleur de la sécurité est un poste avec une formation désignée par la direction de la compétition.
Les contrôleurs de la sécurité doivent :

- Être visibles en portant une veste de sécurité
- Être situés à chaque extrémité du bassin de compétition et, quand c'est applicable, être situés de la même manière dans les bassins d'échauffement désignés quand des échauffement pré-compétition sont prévus.
- Surveiller activement toutes les périodes prévues d'échauffement dans le bassin de compétition.
- Assurer que tous les participants respectent les procédures de sécurité lors de l'échauffement et rapporter les violations au juge-arbitre.

AVIS À PROPOS DES PARANAGEURS :

On demande aux entraîneurs d'aviser les contrôleurs de la sécurité s'il y a des paranageurs qui participent à l'échauffement quand c'est nécessaire et à la discrétion de l'entraîneur.