



***Vous invite à sa prochaine compétition***

***Groupes d'âge et  
Paradoxeurs***

***Défi UL en bassin de 50  
mètres***

***5 au 7 mai 2023 au PEPS de l'Université Laval***

**Québec** 

Dans le but de ne pas surcharger inutilement ce document, le genre masculin est utilisé et il s'adresse aux hommes et aux femmes, sans distinction, à moins d'y être spécifié.

Horaire de la rencontre		Échauffement	Début
	Vendredi	16h30 à 17h20	17h30
	Samedi AM	7h30 à 8h20	8h30
	Samedi PM	15h00 à 15h50	16h00
	Dimanche	7h30 à 8h20	8h30

**Lieu de la rencontre :** PEPS de l'Université Laval, Québec

**Installations :** Un bassin de 50 mètres, 10 couloirs, système électronique Oméga, Câble anti-vagues.

**Autorisation :** Sanctionnée par la Fédération de natation du Québec

**Comité de Direction :**

**Directeur de rencontre :** Normand Boily

[natationul@outlook.fr](mailto:natationul@outlook.fr)

**Responsable des inscriptions :** Nadia Bolduc

[natationul@outlook.fr](mailto:natationul@outlook.fr)

**Responsables des officiels :** Martine Gagnon

[officiels.ul.natation@gmail.com](mailto:officiels.ul.natation@gmail.com)

**Règlements :** Les règlements de SNC s'appliqueront durant cette rencontre. Le comité de direction appliquera la règle d'un départ selon le règlement SW.4.

Lors des périodes d'échauffement, les nageurs et entraîneurs devront respecter les règlements de la sécurité de natation Canada. [procedures-de-securite-pour-lechauffement-en-compétition-de-natation-canada-2020.pdf \(swimming.ca\)](#)

**Départ :** Les départs se feront à partir des blocs de départ selon FINA FR 2.3 et SW 4.1.

**Admissibilité :** Les nageurs devront être affiliés à la Fédération de natation du Québec ou à une fédération provinciale affiliée à Swimming Natation Canada (SNC).

**Réunion des entraîneurs :** Il y aura une réunion des entraîneurs le 4 mai 2023 à 20 heures. Pour vous joindre à la réunion au moyen de Google Meet, cliquez sur ce lien : <https://meet.google.com/cri-diyb-zhu>

**Bulletin technique :** Le bulletin technique sera envoyé par courriel quelques jours avant la rencontre pour les clubs inscrits. Il sera aussi disponible sur le site de la compétition. <http://rougeetornatation.com/>

**Épreuves :**

- Toutes les épreuves se nageront en bassin de 50 mètres du plus rapide au plus lent en regroupement senior.
- Chaque nageur peut s'inscrire à un maximum de **sept (7) épreuves** pour la compétition, maximum de trois épreuves pas session.
- Toutes les épreuves sont finales par le temps.
- Les temps d'inscription en bassin de 25m seront convertis à 2%.

**800m/1500m libre:**

- **Les nageurs pourront s'inscrire à une seule des deux épreuves, soit au 800m ou au 1500m libre.**
- Les épreuves de 800m libre et de 1500m libre seront nagées en finale par le temps, en regroupement senior mixte.
- **Ces épreuves se nageront 2 nageurs par couloir.** Les inscriptions pourront être restreintes afin de respecter la durée maximale de la session.
- Pour participer aux épreuves de 800 et 1500 m, un nageur doit avoir atteint le standard et avoir un temps officiel depuis les deux dernières années.

**Catégories :** Le groupe d'âge du nageur est déterminé par l'âge du nageur à la première journée de compétition.

Catégories : 11-12 ans, 13-14 ans, 15 ans et plus.

## Résultats et médailles :

Les résultats de la rencontre seront transmis à <https://www.swimming.ca/fr/evenements-resultats/> dans les plus brefs délais. Les médailles pour toutes les épreuves seront remises aux entraîneurs à la fin de la rencontre, **aucune médaille ne sera envoyée par courrier.**

Les résultats seront disponibles sur le site de SNC ainsi que sur le site du club hôte Rouge et Or à l'adresse suivante: <http://www.rougeetornatation.com/>

**Échauffement :** La procédure de sécurité pour l'échauffement en compétition de Natation Canada sera appliquée à cette compétition :

<https://www.swimming.ca/fr/procedures-de-securite-pour-lechauffement/>

**Les nageurs fautifs seront disqualifiés pour leur première épreuve de la session.**

**Frais d'inscription :** Les frais d'inscription sont de 75 \$ par nageur incluant les frais fixes exigés par la Fédération de natation du Québec. Ces frais seront perçus par le club hôte et envoyés directement à la Fédération de natation du Québec

Les frais ne sont pas remboursables.

Les frais d'inscription sont payables par chèque ou mandat à l'ordre de l'**Université Laval**, et doivent **obligatoirement** être remis au commis de course lors des préliminaires du vendredi.

**Date limite d'inscription :** Les inscriptions doivent être faite à l'aide du logiciel SPLASH et être déposées sur le site <https://www.swimming.ca/fr/evenements-resultats/rencontres-a-venir-en-cours/?province=&season=17&month=6>

Les inscriptions doivent être déposées le 20 avril 2023, 23h59. Aucune inscription ne sera acceptée par courriel.

**Hors Québec :** Fichier d'inscriptions pour les clubs de l'extérieur du Québec.

<https://drive.google.com/drive/folders/16FB-CHHJ815PWEdCY55UBb3tkksKOa2T>

**Limite de nageurs :** Le nombre d'inscriptions est limité à 450 nageurs, incluant le club hôte.

**Forfaits :** Nous demandons aux entraîneurs de communiquer les **forfaits au plus tard le 2 mai 2023**. Cette mesure permettra d'offrir un programme exact

et augmentera l'efficacité du déroulement de la compétition. Les forfaits peuvent être envoyés par courriel à : [natationul@outlook.fr](mailto:natationul@outlook.fr)

**Préliminaires:** tous les forfaits doivent être soumis au commis de course, 30 minutes avant le premier départ des sessions préliminaires.

**Officiels :** **Nous comptons sur la participation de tous les clubs pour nous fournir des officiels en nombre suffisant pour cette compétition.** Environ 50 officiels par session seront nécessaires pour rendre possible la tenue de cette compétition de 4 sessions.

Aidez-nous à rendre cette compétition intéressante pour vos nageurs.

Vous pouvez communiquer avec le responsable des officiels à l'adresse courriel : [officiels.ul.natation@gmail.com](mailto:officiels.ul.natation@gmail.com)

**Paranageurs :** Les paranageurs doivent avoir été classifiés (désignation de classification minimale provinciale). Ils sont invités à s'inscrire aux épreuves suivantes (maximum 7) :

- Libre, 50 – 100 et 200 mètres
- Brasse, 50 mètres et 100 mètres
- Dos, 50 – 100 et 200 mètres
- Papillon, 50 et 100 mètres

<b>STANDARDS</b>	<b>DÉFI</b>	<b>ROUGE</b>	<b>ET</b>	<b>OR</b>	<b>-</b>	<b>50m</b>
<b>BASSIN DE 25m</b>						
	<b>11-12 F</b>	<b>13-14 F</b>	<b>15 et + F</b>	<b>11-12 H</b>	<b>13-14 H</b>	<b>15 et + H</b>
800 libre	12:00.00	11:30.00	11:30.00	12:00.00	11:45.00	11:30.00
1500 libre	22 :00.00	21:30.00	21:00.00	22 :00.00	21:30.00	21:00.00
<b>STANDARDS</b>	<b>DÉFI</b>	<b>ROUGE</b>	<b>ET</b>	<b>OR</b>	<b>-</b>	<b>50m</b>
<b>BASSIN DE 50m</b>						
	<b>11-12 F</b>	<b>13-14 F</b>	<b>15 et + F</b>	<b>11-12 H</b>	<b>13-14 H</b>	<b>15 et + H</b>
800 libre	12:00.00	12:00.00	12:00.00	14:00.00	12:30.00	12:00.00
1500 libre	22 :00.00	22:00.00	21:15.00	22 :00.00	22:30.00	22:00.00

<b>Vendredi, 5 mai 2023</b>		<b>Échauffement :</b>	<b>16h30 à 17h20</b>
		<b>Début :</b>	<b>17h30</b>
<b>Femmes</b>	<b>Épreuve</b>	<b>Standard minimum</b>	<b>Hommes</b>
1	100 mètres libre	Série principale par catégorie	2
3	200 mètres papillon	Regroupement senior	4
5 mixte	800 mètres libre	Temps d'entrée obligatoire	5 mixte
6 mixte	1500 mètres libre	Temps d'entrée obligatoire	6 mixte

<b>Samedi, 6 mai 2023</b>		<b>Échauffement :</b>	<b>7h30 à 8h20</b>
		<b>Début :</b>	<b>8h30</b>
<b>Femmes</b>	<b>Épreuve</b>	<b>Standard minimum</b>	<b>Hommes</b>
7	100 mètres dos	Série principale par catégorie	8
9	200 mètres libre	Série principale par catégorie	10
11	100 mètres papillon	Série principale par catégorie	12
13	50 mètres brasse	Série principale par catégorie	14
15	400 mètres QNI	Regroupement senior	

<b>Samedi, 6 mai 2023</b>		<b>Échauffement :</b>	<b>15h à 15h50</b>
		<b>Début :</b>	<b>16h</b>
<b>Femmes</b>	<b>Épreuve</b>	<b>Standard minimum</b>	<b>Hommes</b>
	400 mètres QNI	Regroupement senior	16
17	100 mètres brasse	Série principale par catégorie	18
19	200 mètres QNI	Série principale par catégorie	20
21	50 mètres dos	Série principale par catégorie	22
23	400 mètres libre	Série principale par catégorie	24

<b>Dimanche, 7 mai 2023</b>		<b>Échauffement :</b>	<b>7h30 à 8h20</b>
		<b>Début :</b>	<b>8h30</b>
<b>Femmes</b>	<b>Épreuve</b>	<b>Standard minimum</b>	<b>Hommes</b>
25	200 mètres dos	Série principale par catégorie	26
27	50 mètres papillon	Série principale par catégorie	28
29	200 mètres brasse	Série principale par catégorie	30
31	50 mètres libre	Série principale par catégorie	32

# JARO

HÔTELS & SERVICES

La plus grande force hôtelière à Québec !



PR  
Palace Royal

à partir de

par nuit +t.

PLAZA

à partir de

par nuit +t.

L'HÔTEL QUÉBEC

à partir de

par nuit +t.

HÔTEL  
Québec  
Inn

à partir de

par nuit +t.

MUST

à partir de

par nuit +t.

HÔTEL  
Lindbergh

à partir de

par nuit +t.

Pour réservation de groupe avec tarifs suggérés, svp contacter :

Vestiaires pour équipements sportifs | Menus sportifs | Restaurants  
Bars | Piscines & spas | Salles de lavage (\$) | Stationnements  
intérieurs et extérieurs gratuits (à l'exception du Palace Royal).

 = Déjeuner continental inclus

1 800 567-5276  
hotelsjaro.com

Les services offerts peuvent varier d'un hôtel à l'autre. Un séjour de deux nuits minimum obligatoire peut être demandé. Les prix indiqués peuvent varier le samedi ou selon les disponibilités et l'achalandage prévu.



2300, Chemin Sainte-Foy

Québec, QC G1V 1S5

1-855-559-2645

[Info@hoteluniversel.qc.ca](mailto:Info@hoteluniversel.qc.ca)

<https://www.hoteluniversel.qc.ca/fr>

# JARO

HÔTELS & SERVICES

The largest hotel force in Quebec City!



PCR  
Palace Royal

from

per night +tx

PLAZA

from

per night +tx

L'HÔTEL QUÉBEC

from

per night +tx

HOTEL  
Québec  
Inn

from

per night +tx

 must

from

per night +tx

 HOTEL  
Lindbergh

from

per night +tx

For group reservation with the displayed rates, mention:

Sport equipment lockers | Athletes menus | Restaurants  
Bars | Swimming pools & spas | Laundry rooms (\$) | Free indoor and outdoor parkings (except for the hotel Palace Royal).

 = Continental breakfast included

1 800 567-5276  
hotelsjaro.com

The offered services may vary from one hotel to another. A two-night minimum stay may be required. Rates may vary on Saturdays or according to availability and anticipated demand.