



**CLUB DE
NATATION DE
SEPT-ÎLES**

EST FIER DE VOUS INVITER À SA RENCONTRE

Régionale de Sept-Îles

CÔTE-NORD

DIMANCHE, 2 AVRIL 2023

AU
COMPLEXE AQUATIQUE DU CENTRE SOCIO-RÉCRÉATIF
DE SEPT-ÎLES

BIENVENUE À LA RÉGIONALE DE SEPT-ÎLES

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX	
DATE	Dimanche, 2 avril 2023
HÔTE	LE CLUB DE NATATION DE SEPT-ILES
DIRECTEUR DE LA RENCONTRE	Philippe St-Arnault phildesorel@hotmail.com
JUGE ARBITRE	Pierre Gosselin
LIEU	Complexe aquatique Centre socio-récréatif 500, avenue Joliet Sept-Îles, QC
INSTALLATION	<ul style="list-style-type: none">• UN BASSIN DE 25 MÈTRES• SIX (6) COULOIRS• CÂBLES ANTI-VAGUES• SYSTÈME DE CHRONOMÉTRAGE ÉLECTRONIQUE• PLOTS DE DÉPARTS• VESTIAIRES
TYPE DE RENCONTRE	Invitation régionale
SANCTIONNÉE PAR	LA FÉDÉRATION DE NATATION DU QUÉBEC



BIENVENUE À LA RÉGIONALE DE SEPT-ÎLES

<u>RÈGLEMENTS</u>	<ul style="list-style-type: none"> Les règlements de la Fédération de natation du Québec (FNQ) et de Swim Natation Canada (SNC) seront en vigueur. Les départs se feront à partir des blocs de départ selon FINA FR 2.3 et SW 4.1
	<ul style="list-style-type: none"> Pendant la période d'échauffement, aucun nageur n'aura le droit d'entrer à l'eau en plongeant. L'entrée à l'eau devra se faire par les pieds en premier.
<u>ÉLIGIBILITÉ</u>	<ul style="list-style-type: none"> Tous les nageurs affiliés sont éligibles à cette compétition. Aucun standard n'est requis.
<u>CATÉGORIE D'ÂGE</u>	<ul style="list-style-type: none"> 10 ans et moins, 11-12 ans, 13-14 ans, 15 et plus.
<u>INSCRIPTIONS</u>	<ul style="list-style-type: none"> Un maximum de trois épreuves par participant. Les inscriptions devront obligatoirement être effectuées à l'aide du logiciel SPLASH TEAM MANAGER et déposées sur www.swimming.ca/ListeDesCompetitions.aspx. Les clubs désireux de s'inscrire doivent se procurer le fichier d'inscription Splash sur la Liste des Compétitions de Natation Canada. Lors du dépôt des inscriptions, les nageurs devront être inscrits avec le même nom, la même date de naissance et le même numéro d'affiliation que sur le site de Natation Canada. Il est de la responsabilité des clubs de vérifier la validité des données avant de déposer les inscriptions en ligne. Aucun frais d'inscription pour les nageurs qui font partie d'un club de la région. Les frais fixes de participation de 5.75\$ (taxes incluses) seront assumés par la région. Le 200m papillon et 400m QNI ne sont pas accessibles <u>pour les 10 ans et moins.</u> Les inscriptions doivent être déposées au plus tard mercredi le 29 mars 2023. Les inscriptions DOIVENT contenir un temps d'inscription pour chaque épreuve. Ce temps peut avoir été fait à l'entraînement, lors d'un rencontre ou être donné par l'entraîneur. Les clubs recevront la liste des nageurs inscrits dans les jours suivant la réception des inscriptions.
<u>RÉSULTATS</u>	<ul style="list-style-type: none"> Les résultats seront disponibles sur le site de natation Canada dans les 5 jours suivants la rencontre.

CLUBS INVITÉS

CLUB DE NATATION DE SEPT-ILES	CLUB DES AQUANAUTES DE BAIE-COMEAU
LES CACHALOTS DE PORT-CARTIER	LE BORÉAL DE FERMONT

HORAIRE DE LA RENCONTRE

Dimanche	Réunion		
	Bénévoles et officiels :	08h00	
	Entraîneurs :	08h45	
	Échauffement	08h00 à 08h20 08h20 à 08h40 08h40 à 09h00	CNSI CPC ABC et BORÉAL
	Début des épreuves	09h10	
	Fin des épreuves	16h00	



BIENVENUE À LA RÉGIONALE DE SEPT-ÎLES

PROGRAMME DES ÉPREUVES :

1	1500 LIBRE
2	800 LIBRE
3	400 LIBRE
4	100 QNI
5*	25 DOS
6	200 BRASSE
7	100 DOS
8*	25 BRASSE
9	200 QNI
10	100 LIBRE
	PAUSE
11*	25 LIBRE
12	50 JAMBE
13	100 JAMBE
14	200 PAPILLON
15	50 BRASSE
16	200 LIBRE
17	50 DOS
18	100 BRASSE
19*	25 PAPILLON
20	100 PAPILLON
21	50 LIBRE
22	200 DOS
23	400 QNI
24	50 PAPILLON

*** NOTE 1 :**

Les 25m ne sont pas accessibles aux nageurs ayant des standards provinciaux.

