



Association de Natation  
Saguenay - Lac St-Jean – Chibougamau - Chapais

## **INVITATION RÉGIONALE NOVICE 4** **(Programme de développement des nageurs)**

Samedi le 22 avril 2023

à la piscine de l'École Dominique-Racine de Chicoutimi

Organisée par le

**Club de natation de Chicoutimi**

En collaboration avec

**LE SERVICE DES LOISIRS DE VILLE DE SAGUENAY**



**FÉDÉRATION  
DE NATATION  
DU QUÉBEC**

## Invitation régionale Novice 4 Samedi le 22 avril 2023

---

### Dates

Samedi, 22 avril 2023

### Comité de direction

Directeur de rencontre : **Mélissa Boivin**, [melyboiv@gmail.com](mailto:melyboiv@gmail.com)  
Responsable des inscriptions : **Eric Morissette**, [erimori44@yahoo.ca](mailto:erimori44@yahoo.ca)  
Responsable des officiels : **Martin Savard**, [officielscnci@gmail.com](mailto:officielscnci@gmail.com)  
Juge-arbitre : **Eric Morissette**

### Lieu

Piscine de l'école L'Odysée Dominique-Racine  
985 rue Bégin  
Chicoutimi, Québec  
G7H 4P1

### Installations

Piscine 25 m, 6 couloirs, câbles anti-vagues, chronométrage manuel et électronique.

### Horaire

	<u>Samedi</u>
Échauffement 1	12 : 50
Échauffement 2	13 : 10
Réunion entraîneurs	13 : 30
Début de la compétition	13 : 40

### Sanction

Fédération de natation du Québec

### Inscriptions

Chaque participant peut s'inscrire à un maximum de trois (3) épreuves individuelles, une (1) épreuve de jambes et une (1) épreuve de relais. Les normes d'âges et de nages par participant devront être respectées.

Pour l'inscription des épreuves de relais, aucun temps ne sera accepté dans le fichier d'inscription. La composition des relais devra respecter l'article CSWAG 1.1.7 dans le guide de règlements de natation Canada.

## Invitation régionale Novice 4 Samedi le 22 avril 2023

Un nageur de 12 ans et moins qui a ses trois standards pour participer aux invitations SLSJ-CC, pourra s'inscrire à une invitation Novice seulement dans une course pour laquelle il n'a pas encore obtenu son standard SLSJ-CC.

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>

**Date limite des inscriptions : Jeudi le 13 avril 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; en dehors de ce délai, les inscriptions seront considérées comme finales.**

Les **frais d'inscription** sont de : 30,00 \$ par nageur (épreuves individuelles et frais fixes FNQ)

Un chèque à l'ordre du Club de natation de Chicoutimi (CNCI) devra être remis au secrétariat samedi le 22 avril 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. La date limite d'inscription aux compétitions sera le jeudi 13 avril 2023, 9 jours avant la compétition. Une confirmation des inscriptions sera transmise au responsable des inscriptions de chaque club et celui-ci aura jusqu'à lundi 23h59 pour faire les modifications (s'il y a lieu) et confirmer l'inscription des nageurs sans frais supplémentaires. Tout changement des inscriptions à partir du mardi avant la compétition, sera facturé au club fautif au coût de 10,00\$ par épreuve.

**Catégories de la FNQ (Déterminées par l'âge du nageur le 1<sup>er</sup> jour de la compétition)**

### Développement Filles et garçons

10 ans et moins  
11-12 ans

### Critères d'admissibilité des nageurs et restrictions d'épreuves

Les nageurs compétitifs à la Fédération de natation du Québec sont admissibles. Un nageur non-compétitif a le droit de participer à une seule compétition régionale par saison. **Aucun nageur « cours de natation » ne peut participer à cette compétition.**

Les nageurs n'ont pas de temps de qualification à atteindre. Tous les temps d'inscription doivent être soumis avec un temps prouvé par nageur. Les temps d'entrée non prouvés seront modifiés par NT.

## Invitation régionale Novice 4 Samedi le 22 avril 2023

---

### 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.

La compétition se déroulera par regroupement mixte : les filles et les garçons nageront ensemble. Les résultats seront classés selon les quatre (4) catégories suivantes : filles 10 ans et moins, filles 11-12 ans, garçons 10 ans et moins et garçons 11-12 ans.

Aucune disqualification ne sera donnée dans ces compétitions. Le comité organisateur se réserve le droit de recruter et d'organiser des tâches pour des officiels bénévoles afin de remplir des formulaires (oups) lorsqu'il y aura erreur du participant, et ce, dans un but d'éducation. Le lien du formulaire est disponible en annexe.

Pour l'épreuve 50 mètres battements de jambes libre avec planche de départ, le départ s'effectuera dans l'eau, une main au mur et le temps du nageur sur une distance de 50 mètres assurera la réussite de l'épreuve.

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

Les regroupements seront faits lors de la préparation du programme de la compétition

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

### 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 Martin Savard et devra être envoyée 4 jours avant la rencontre par courriel au responsable des officiels à [officielsnci@gmail.com](mailto:officielsnci@gmail.com).

### Période d'échauffement

## Invitation régionale Novice 4 Samedi le 22 avril 2023

---

- 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 n'entrant qu'à une extrémité de départ ou de virage à partir d'une position debout ou assise.  
**Le nageur fautif sera pénalisé : dans un objectif d'éducation, il sera avisé de son infraction.**
- Les 15 premières minutes de chaque période d'échauffement seront réservées à la nage circulaire et les 5 dernières minutes pour les départs dans vos couloirs respectifs.

### Réunion des entraîneurs

Une réunion des entraîneurs aura lieu le samedi 22 avril à 13h30 dans le local des sauveteurs situé près de la piscine.

### Résultats

Les résultats seront compilés selon les groupes d'âges et seront affichés dans le couloir adjacent à la mezzanine, 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 (1<sup>ère</sup>) position.

### Repas

Pour les officiels et les entraîneurs, un repas léger sera servi à leur arrivée le samedi au local des officiels.

## Invitation régionale Novice 4 Samedi le 22 avril 2023

### Structure des épreuves Invitation régionale Novice 1

SAMEDI	TOUS
50m battements de jambe libre avec planche départ dans l'eau	1
50m libre	2
50m brasse	3
200m libre	4
Pause de 15 minutes	
50m papillon	5
100m libre	6
50m dos	7
100m QNI	8
Relais 4 x 50m libre	9

Toutes les épreuves sont nagées tous.

### 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.

## Invitation régionale Novice 4 Samedi le 22 avril 2023

---

### 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.