



**2024 SPEEDO  
EASTERN CANADIAN  
CHAMPIONSHIPS**

**CHAMPIONNATS  
CANADIENS DE L'EST  
SPEEDO 2024**

**TECHNICAL  
MEETING**

**RÉUNION  
TECHNIQUE**

March 20th / 20 mars 2024

Québec, Qc

# KEY COMPETITION CONTACTS / PRINCIPAUX CONTACTS POUR LA COMPÉTITION



**Events Manager /  
Gestionnaire des évènements**

**Rebecca Cheverton**

**National Meet Director /  
Directrice de rencontre nationale**

**Sylvie Potvin**

**National Meet Referee /  
Juge-arbitre de rencontre nationale**

**Louise Leblanc**

**Para Swimming Technical Advisor/  
Conseiller technique en paranatation**

**Charles Montpetit**

**Swimming Canada Meet Entry Coordinator /  
Coordonnatrice des inscriptions de Natation Canada**

**Carole Thomas**

**National Meet Chief Classifier /  
Responsable de la classification de la rencontre nationale**

**Mikey Edey**

**Meet Manager /  
Directeur de rencontre**

**Pierre Brisson**

# SMS MESSAGING SERVICE / SERVICE DE MESSAGERIE PAR SMS



To subscribe / Pour s'inscrire

text/SMS: **SWIMEAST** or/ou **NATEST** to/à

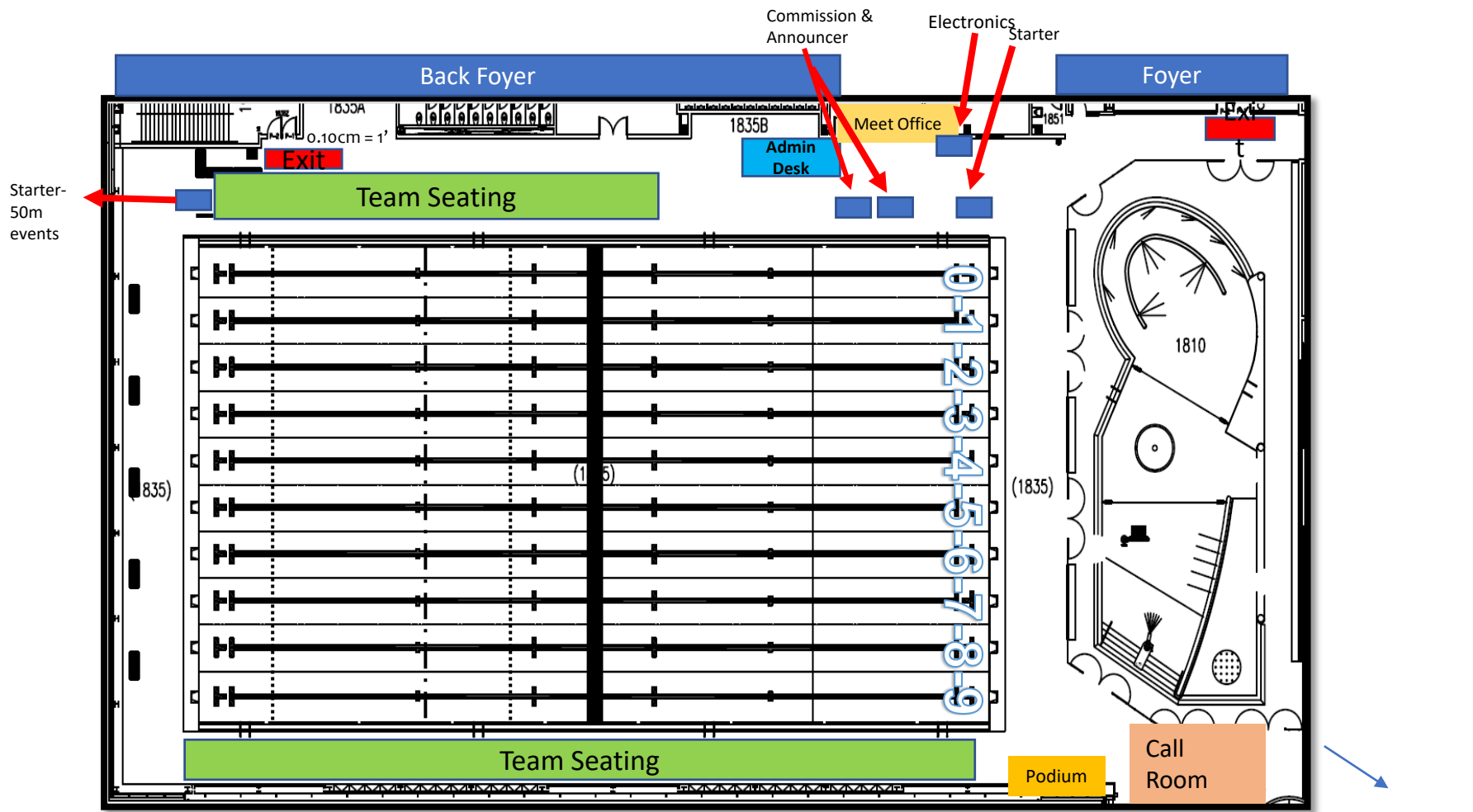


**1-833-286-7395**

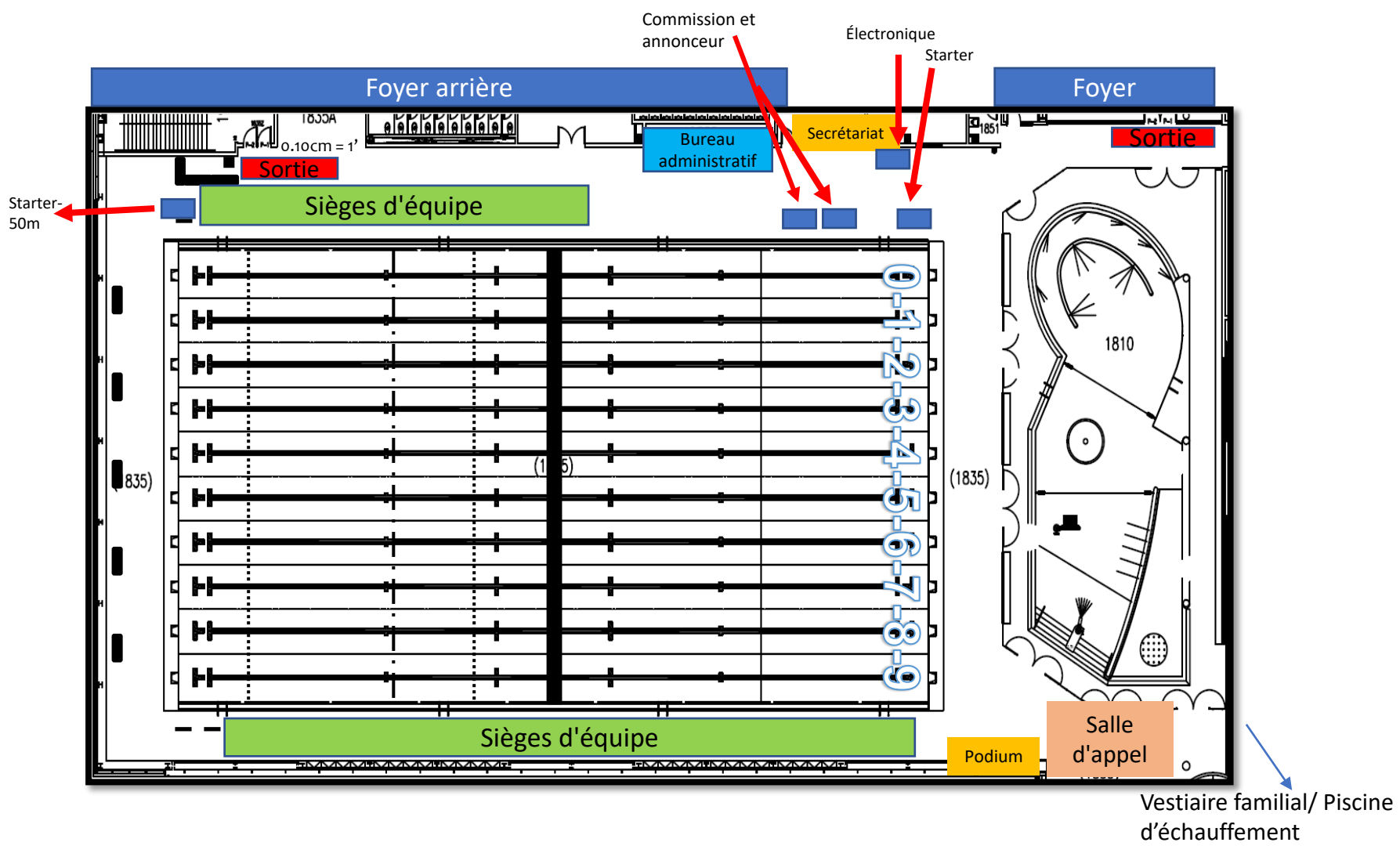


# FACILITY OVERVIEW

# APERÇU DES INSTALLATIONS



Family Locker room/  
Cool Down pool





# COMPETITION FORMAT

## FORMAT DE LA COMPÉTITION

# SAFE SPORT / SPORT SÉCURITAIRE



Throughout the competition you will see postings and hear announcements about various Safe Sport initiatives and procedures including but not limited to:

- Event Photography and Videography Procedure
- Creating open and observable environment
- Accreditation and deck access
- To report an incident during the event please contact [Rebecca Cheverton](#)
- To report an incident after the event please contact our Independent Third Party at [lise@wiserworkplaces.ca](mailto:lise@wiserworkplaces.ca)

For more information please see:

<http://www.swimming.ca/safe-sport>

Tout au long de la semaine, vous verrez des affichages et entendrez des annonces concernant diverses initiatives et procédures en matière de sécurité sportive, y compris, mais sans s'y limiter :

- Procédure relative à la photographie et à la vidéographie lors de manifestations
- Promouvoir des environnements ouverts et observables
- Accréditation et accès à la piscine
- Pour signaler un incident lors de l'événement, veuillez contacter [Rebecca Cheverton](#)
- Pour signaler un incident après l'événement, veuillez contacter notre tiers indépendant à [lise@wiserworkplaces.ca](mailto:lise@wiserworkplaces.ca)

Pour plus d'informations, veuillez consulter :

<http://www.swimming.ca/fr/sport-securitaire/>



# START TIMES / HEURES DE DÉBUT



## Heats / Séries (10 lanes / couloirs):

Warm-up / échauffement: 07:30 – 08:45

Start Time / début: 09:00

*(Sprint (8,9) and pace lanes (1) open at 8am/  
Les couloirs de sprint et de rythme seront ouverts à 08:00)*

## Finals / Finales (10 lanes / couloirs):

Warm-up / échauffement: 16:30 – 17:45

Start Time / début: 18:00

*(Sprint (8,9) and pace lanes (1) open at 5pm /  
Les couloirs de sprint et de rythme seront ouverts à 17:00)*

\*The training pool is open from 7:30am-1:30pm and from 4:30pm to 9pm (25m)

\*Le bassin d'entraînement est ouvert de 7h30-13h30 et de 16h30-21h (25m)

# TIMELINES / HORAIRES



## DAY / JOUR 1:

Heats/Séries finish/fin: 12:31

Finals/Finales finish/fin: 8:45

## DAY / JOUR 2:

Heats/Séries finish/fin: 12:27

Finals/Finales finish/fin: 9:10

Estimates only!

## DAY / JOUR 3:

Heats/Séries finish/fin: 11:56

Finals/Finales finish/fin: 8:45

Uniquement des estimations!

## DAY / JOUR 4:

Heats/Séries finish/fin: 12:48

Finals/Finales finish/fin: 8:45

# EVENT STARTS / DÉBUT DE L'ÉVÉNEMENT



50m & 150m events will start from the turn end (Window Side).  
All other events will start from the end of the pool near the wading pool.

Les épreuves de 50m et 150m débiteront à l'extrémité du virage (Côté des fenêtres).

Toutes les autres épreuves commenceront à l'extrémité de la piscine près de la pataugeoire.

# WARM-UPS LANE BREAKDOWN RÉPARTITION DES COULOIRS PENDANT L'ÉCHAUFFEMENT



Lane 0 → Para swimmers

Couloir 0 → paranageurs

Lane 1 → pace lane (08:00 / 17:00)

Couloir 1 → couloir de rythme (08:00 / 17:00)

Lane 8 → sprint lane - one way swimming (08:00 / 17:00) start from turn end (window side)

Couloir 8 → couloir de sprint - sens unique (08:00 / 17:00) départ côté virage (côté fenêtres)

Lane 9 → sprint lane - one way swimming (08:00 / 17:00) start from end near the wading pool

Couloir 9 → couloir de sprint - sens unique (08:00 / 17:00) départ côté du bord de la pataugeoire

Backstroke ledges will be available during sprint lane periods

Les dispositifs pour le départ au dos seront disponibles pendant les périodes de sprint.

# WARM-UPS PROCEDURES

## Violations:

Swimmers witnessed entering the water in a dangerous fashion may be removed from their first event without warning.

Second offense in same competition, may be removed from the remainder of the competition

## Permitted:

kick boards, pull buoy, snorkel

## Not permitted:

fins, paddles, stretch cords in competition pool but allowed in the training pool at all times

# PROCÉDURES D'ÉCHAUFFEMENT



## Infractions:

Les nageurs pris à plonger ou à entrer dans l'eau de façon dangereuse pourraient être retirés sans avertissement de leur première épreuve individuelle.

Si une deuxième offense était constatée au cours de la même compétition, le nageur pourrait être retiré pour le reste de la compétition.

## Permis:

Planches, pull-buoy, tuba

## Interdit:

Palmes, palette, élastique dans la piscine de compétition mais autorisé dans le bassin d'entraînement en tout temps



**MEET PROCEDURES**

**PROCÉDURES DE  
COMPÉTITION**

# TAPING REVIEW

*As per C15.3.2, a Committee will review and approve taping requests.*

- Taping review will take place prior to each session during warmups. All reviews must be completed no later than 15 minutes prior to the start of the session.
- Taping Request Forms (available at the Admin Desk) must be submitted to the National Meet Referee no later than 15 minutes prior to the start of the session.
- Coaches must submit one taping request form for each event the athlete will swim prior to the session where the swim will take place.
- The committee's decision will be final.
- Any swimmer who races with taping not approved by a Taping Review Committee will be disqualified.
- Any swimmer wearing taping not approved by a Taping Review Committee is ineligible to set a Canadian Record.

# VÉRIFICATION DES BANDES ADHÉSIVES



Conformément à l'article C15.3.2, un comité vérifiera et approuvera les demandes de bandes adhésives.

- La vérification des bandes adhésives a lieu avant le début de chaque session pendant les échauffements. Toutes les vérifications doivent être terminées au plus tard 15 minutes avant le début de la session.
- Les formulaires de demande de bandes adhésives (disponibles au bureau de l'administration) doivent être soumis au juge-arbitre de rencontre nationale au plus tard 15 minutes avant le début de la session.
- Les entraîneurs doivent soumettre un formulaire de demande de bandes adhésives pour chaque épreuve que l'athlète nagera avant la session où l'épreuve a lieu.
- La décision du comité est définitive.
- Les nageurs qui participent à une course sans avoir obtenu l'approbation pour ses bandes adhésives seront disqualifiés.
- Les nageurs qui portent des bandes adhésives non approuvées par un comité de vérification des bandes adhésives ne peuvent pas établir de record canadien.

# DISTANCE EVENTS

## 800 & 1500

- Fastest heat regardless of age swims during finals.
- Alternating gender 800/1500 from fastest to slowest for slower heats in prelims.
- Lap Counters will be used, ITs will be in charge.

# ÉPREUVES DE DISTANCE



## 800 & 1500

- La série la plus rapide, tous âges confondus, nagera en finale.
- Toutes les autres séries seront nagées de la série la plus rapide à la plus lente en alternant les genres.
- Les compte-tours seront utilisés, les contrôleurs de virages seront responsables.



# OLYMPIC PROGRAM FINALS

“A” finals will swim first in finals,  
followed by “B” finals

(There will be B finals in individual events  
with at least 13 splashes per event, per age  
category (youth & senior)).

Awards to be presented during swimming  
of the B finals. Please ensure your athletes  
are present.

# FINALES PROGRAMME OLYMPIQUE



Les finales "A" se dérouleront en  
premier, suivies des finales "B"

(Il y aura des finales B pour les épreuves  
individuelles ou au moins 13 nageurs ont  
nagé l'épreuve, par catégorie d'âge (jeunes  
et séniors)).

Les médailles seront remises lors des  
finales B. SVP vous assurer que vos  
athlètes se présentent.

# PARALYMPIC PROGRAM FINALS

There will only be an “A” final.

Finalists will be determined utilizing the Canadian Paralympic Points System. A maximum of three (3) swimmers per sport class are eligible to advance to the Final.

Finals will be seeded by time. If there is a tie by point score in a specific event for swimmers with the same sport class, the fastest preliminary time will advance to finals. If there is a tie by point score in a specific event for swimmers with different sport classes, there will be a swim-off. The swimmer with highest point score achieved in the swim-off will advance to finals.

Should empty lanes exist following the maximum of three (3) swimmers per sport class, additional swimmers will be added to fill the “A” final according to the points scores. The additional swimmers added will swim as exhibition in finals and not be eligible for awards.

Medals will be awarded right after the event, as indicated in the timelines.

# FINALES PROGRAMME PARALYMPIQUE



Il n'y aura qu'une finale A.

Les finalistes seront déterminés à l'aide du système de points paralympiques canadien. Un maximum de trois (3) nageurs par classe sportive peut passer en finale.

Les finales seront réparties par temps. En cas d'égalité en vertu du système de pointage pour une épreuve donnée pour une même classe sportive, le nageur ayant obtenu le temps le plus rapide en préliminaire passera en finale. S'il y a égalité au pointage dans une épreuve spécifique entre des nageurs de classes sportives différentes, il y aura une épreuve bris d'égalité. Le nageur qui obtient le plus grand nombre de points durant le bris d'égalité passera en finale.

Si des couloirs demeureraient libres après avoir appliqué la règle de trois (3) nageurs par classe sportive, d'autres nageurs seront ajoutés à la finale A en fonction des pointages de chacun pour remplir les couloirs. Les nageurs supplémentaires nageront les finales en hors-concours et ne seront pas admissibles à recevoir un prix.

Les médailles seront remises après l'épreuve, tel qu'indiqué dans l'estimé de temps.

# FINALS PROCEDURES

All athletes to report to Clerk 15 minutes before scheduled heat time (INCLUDING ALTERNATES). Failure to report will result in a scratch and alternate moving up.

## **Olympic Program:**

Swimming A Finals before B Finals.

A Finalists will be marched on with music and introduced during the march-on.

B Finalists will be released from the ready room for their event, and they will be introduced during the race.

## **Paralympic Program:**

A Final only.

A Finalists will be marched on with music and introduced during the march-on.

# PROCÉDURES POUR LES FINALES



Tous les athlètes doivent se présenter au commis de course 15 minutes avant l'heure prévue de la série (Y COMPRIS LES REMPLAÇANTS).

Si les athlètes ne se présentent, ils seront éliminés et les remplaçants passeront au rang supérieur.

## **Programme Olympique:**

Finale A avant les finales B

Les finalistes A seront défilés avec la musique et présentés pendant le défilé.

Les finalistes B seront libérés de la salle de préparation pour leur épreuve et seront présentés pendant la course.

## **Programme Paralympique:**

Finale A seulement.

Les finalistes A seront défilés avec la musique et présentés pendant le défilé.

# MEET PROCEDURES

- Swim-offs – will be resolved during the preliminary session
- Backstroke Flags will not be removed
- Clearing of the pool for all heats in finals; no clearing of the pool between heats in prelims except for backstroke and Paralympic heats.

# PROCÉDURES DE COMPÉTITION



- Courses de bris d'égalité - seront résolues pendant la session préliminaire.
- Les fanions de dos ne seront pas retirés.
- Dégagement de la piscine pour toutes les séries en finales; les nageurs restent dans l'eau entre les séries en préliminaires sauf pour les séries de dos et paralympiques.

# PARALYMPIC PROGRAM

Tapping and starting devices must be deemed safe. They must be checked and issued with an approval sticker immediately following this Technical Meeting.

All para-swimmers will clear the pool after each heat with two whistles by the referee.

# PROGRAMME PARALYMPIQUE



Les dispositifs de tapeur et de départ doivent être jugés sûrs. Ils doivent être contrôlés et recevoir un autocollant d'approbation immédiatement après cette réunion technique.

Tous les para-nageurs quitteront la piscine après chaque série, après deux coups de sifflet de l'arbitre.

# BACKSTROKE LEDGES

The IT's will install the device.

The IT will check that the strapping is free of any twists or knots and also that the ledge is sitting flat against the wall.

Once the athletes arrive behind the block the athlete may change the setting and ensure it is secured into position or may remove it from the water if they do not wish to use the device. The IT may be asked for assistance.

A general warning will be given to the entire field for toes not on touchpad.

# DISPOSITIFS DE DÉPART AU DOS



Les contrôleurs de virage installeront le dispositif.

Le contrôleur de virage vérifiera que les courroies sont exempt de toute torsion ou nœud et que l'appui repose à plat contre le mur.

Une fois que les athlètes arrivent derrière le bloc, l'athlète peut modifier le réglage et s'assurer qu'il est bien fixé en position ou peut le retirer de l'eau s'il ne souhaite pas utiliser le dispositif. Il est possible de demander l'aide du contrôleur de virage.

Un avertissement général sera donné si les orteils ne sont pas sur le pavé tactile.

# HEAT SHEETS & RESULTS

Preliminaries and Finals Heat Sheets:

Available daily from the Admin Desk.

Posted on event website and SplashMe prior to each session.

Results:

Posted after each event on the pool deck.

Posted after each event on the Swimming Canada website (Live Results).

# LISTES DE DÉPART ET RÉSULTATS



Listes de départ pour les préliminaires et les finales :

Disponibles chaque jour auprès du bureau d'administration.

Affichées sur le site Web de l'événement et sur SplashMe avant chaque session.

Résultats :

Affichés après chaque épreuve sur le bord de la piscine.

Affichés après chaque épreuve sur le site Web de Natation Canada (résultats en direct).

# HEAT SHEETS & RESULTS LINKS / LISTES DE DÉPART ET RÉSULTATS LIENS



WATCH LIVE



LIVE RESULTS



<https://www.swimming.ca/en/events-results/events/2024-speedo-eastern-canadian-championships/>

<https://live.swimrankings.net/41534/>



# SCRATCH PROCEDURES

## DEADLINES:

### Thurs Preliminaries & Timed Finals:

30 minutes after the end of this Technical Meeting

### Fri-Sun Preliminaries & Timed Finals:

30 minutes following the start of Finals of the previous evening

### Finals:

30 minutes following Preliminary events of the day (excluding time final events)

**Following the start of the Technical Meeting, email scratches WILL NOT be accepted, and the online scratch form is required.**

<https://form.jotform.com/232645204099154>



# PROCÉDURES DE FORFAIT

## DATES LIMITES:

Jeudi épreuves préliminaires et finales contre la montre:

30 minutes après la fin de cette réunion technique

Du vendredi au dimanche épreuves préliminaires et finales contre la montre:

30 minutes après le début des finales de la soirée précédente.

### Finales:

30 minutes après les épreuves préliminaires de la journée (à l'exclusion des épreuves finales à temps)

**Après le début de la réunion technique, les forfaits par courriel ne seront pas acceptés et le formulaire de forfait en ligne devra être utilisé.**

# PENALTIES

SNC 3.4.1 There shall be a \$50.00 penalty for Scratches made after the Scratch Deadline. This penalty shall apply to all step-downs, no-shows, and unexcused incomplete swims for preliminaries, timed finals, and finals. (Unexcused incomplete swims shall be the sole determination of the Referee).

SNC 3.4.2 Fines incurred during a Swimming Canada National Competition must be paid no later than 7 days after the final day of competition.

SNC 3.4.3 Any fines not paid will be doubled and due immediately. Entry to future Swimming Canada National Competitions will not be permitted until fines are paid in full

**Square Invoices will be emailed for online payment after each session.**

# PÉNALITÉS



SNC 3.4.1 Il y aura une pénalité de 50,00 \$ pour les forfaits effectués après l'échéancier des forfaits. Cette pénalité est imposée à tous les nageurs qui se retirent à la dernière minute, les nageurs qui ne se présentent pas au départ de leur course et les nageurs qui ne terminent pas leur course sans raison valable dans les séries préliminaires, les finales contre la montre et les finales. (Les courses non terminées sans raison valable seront déterminées que par le juge-arbitre).

SNC 3.4.2 Les amendes encourues pendant une compétition nationale de Natation Canada doivent être payées au plus tard 7 jours après le dernier jour de la compétition.

3.4.3 Toute amende non payée sera doublée et payable immédiatement. L'inscription aux futures compétitions nationales de Natation Canada ne sera pas permise tant que les amendes n'auront pas été payées en entier.

**La facturation sera envoyé par courriel via Square pour paiement en ligne après chaque session.**

## RELAY NAME CHANGES

Any relay name changes are due to the Admin Desk 30 minutes after the start of the session in which the relay swims.

All relays will be swum as time final events with the fastest heat (10 teams) being swum during the Finals session; except for the mixed medley relay in which all heats will swim during finals on Sunday night.

**Names submitted through the entry process will be considered final unless a change is requested.**

## CHANGEMENTS DE NOMS POUR LES RELAIS



Tout changement de nom pour les relais doit être communiqué au bureau d'administration 30 minutes après le début de la session dans laquelle le relais nage.

La série la plus rapide (10 équipes) sera nagée durant la session des finales; à l'exception des relais mixtes, ou toutes les séries seront nagées durant la session de finales du dimanche soir.

**Les noms soumis lors de l'inscription sont considérés comme finaux, à moins qu'il n'y ait une demande de modification.**

# OFFICIAL SPLITS

Any coach wishing to request a time for an interval shorter than the total distance of the event shall advise the Administration Desk **prior to the commencement of the session in question**, by submitting an Official Split Request form. This form can be found at the Administration Desk on deck.

# TEMPS DE PASSAGE OFFICIEL



Tout entraîneur souhaitant demander un temps de passage pour une distance plus courte que la distance totale de l'épreuve doit en informer le bureau de l'administration **avant le début de la session en question**, en soumettant un formulaire officiel de demande de temps de passage officiel. Ce formulaire est disponible au bureau de l'administration sur le bord de la piscine.

## DQs & PROTESTS

Disqualifications will be announced and include event number, heat number and lane number.

Procedure for protests:

Please discuss the disqualification with the session Referee.

If not resolved, a written protest may be presented to the Referee. A written protest must be presented within 30 minutes of the conclusion of the event (protest forms will be available at the Administration desk)

If not resolved after discussion of the written protest, the matter may be assigned to a Jury of Appeal.

## DISQUALIFICATIONS ET PROTESTATIONS



Les disqualifications seront annoncées et comprendront le numéro de l'épreuve, le numéro de la série et le numéro du couloir.

Procédure de protestation:

Veuillez discuter de la disqualification avec le juge-arbitre de la session.

Si le problème n'est pas résolu, une protestation écrite peut être présentée au juge-arbitre. Une protestation écrite doit être présentée dans les 30 minutes qui suivent la fin de l'épreuve (des formulaires de protestation seront disponibles auprès du Bureau de l'administration).

Si la question n'est pas résolue après discussion de la protestation écrite, elle peut être confiée à un jury d'appel.

# JURY OF APPEAL / JURY D'APPEL



Chaired by National Meet Director / Directeur de rencontre nationale (Sylvie Potvin)

1 appointed coach among the following coaches (least biased to the swimmer involved in the appeal and no vested interest) / 1 entraîneur désigné parmi les entraîneurs suivants (le moins partial envers le nageur concerné par l'appel et sans intérêt direct):

1. Sarah Steinke (USC)
2. Salim Laoubi (NG)
3. Ron Campbell (CAJ)

+ 2 officials

# INTERNET ACCESS / ACCÈS À L'INTERNET



- Network/Réseau: **UL\_Visiteur\_Guest**
- No password needed/Aucun mot de passe

## Other info

- Swimmers must enter through the turnstile at the main entrance to enter the pool.
- Snacks for coaches available under the stairs during the meet at announced times; no food in the training pool.
- No water bottles will be provided
- Wear clean indoor shoes on the pool deck.
- The indoor parking garage is free during the meet

## Infos supplémentaires

- Les nageurs doivent circuler par le tourniquet à l'entrée principale pour accéder à la piscine.
- Collations pour entraîneurs disponibles sous les escaliers pendant la compétition selon l'horaire affiché; pas de nourriture sur le bassin d'entraînement.
- Aucune bouteille d'eau ne sera fournie
- Porter des chaussures d'intérieur propres sur les bassins.
- Le stationnement intérieur à étages est gratuit durant toute la compétition.



## QUESTIONS AND CONCERNS

Questions and concerns related to the facility or technical delivery of the competition - National Meet Director:

Sylvie Potvin

[sylviepotvin2@yahoo.ca](mailto:sylviepotvin2@yahoo.ca)

514-771-2917

Questions related to a disqualification:

Session Referee

Questions not related to the competition:

[questions@swimming.ca](mailto:questions@swimming.ca)

## QUESTIONS ET PRÉOCCUPATIONS



Questions et préoccupations relatives à l'installation ou à la prestation technique de la compétition – Directrice des compétitions nationales:

Sylvie Potvin

[sylviepotvin2@yahoo.ca](mailto:sylviepotvin2@yahoo.ca)

514-771-2917

Questions relatives à une disqualification:

Arbitre de la session

Questions non liées à la compétition:

[questions@swimming.ca](mailto:questions@swimming.ca)

# SMS MESSAGING SERVICE / SERVICE DE MESSAGERIE PAR SMS



To subscribe / Pour s'inscrire

text/SMS: **SWIMEAST** or/ou **NATEST** to/à



**1-833-286-7395**



**HAVE A GREAT MEET!**

**BONNE RENCONTRE !**



SWIMMING.CA | NATATION.CA