

## **Festival provincial développement section OUEST - ELITE** **Longueuil, les 3-4 juin 2017**

---

### **BULLETIN TECHNIQUE**

---

#### **COMITÉ ORGANISATEUR**

Directeur de rencontre: **Marielle Paquin**  
**450-646-8099**  
**info@natationelite.com**

#### **ACCUEIL DES CLUBS**

Chaque club est invité à se rendre à la table du commis de course (Classe Piscine) à son arrivée pour récupérer ses programmes (listes de départ des séries préliminaires) et acquitter ses frais d'inscription. Nous vous rappelons que le chèque doit être fait au nom de **Équipe Natation Élite Longueuil**

**RÉUNION DES ENTRAÎNEURS** – Il y aura une réunion des entraîneurs avec le directeur de rencontre et le juge-arbitre avant le début de la rencontre, samedi le 3 juin à 13h45. La réunion aura lieu à la Classe Piscine. Un entraîneur par club doit s'y présenter.

#### **PROCÉDURES D'ÉCHAUFFEMENT**

L'attribution des couloirs se trouvent un peu plus bas.

**Durant la période d'échauffement, le nageur doit se GLISSER dans l'eau PIEDS EN PREMIERS, de façon sécuritaire.**

**PAS DE SAUT, NI DE PLONGEON.**

**Un athlète fautif sera pénalisé : il ne pourra participer à sa première épreuve de la session.**

Le règlement CSW 2.1.6.5 sera en vigueur.

**Sessions préliminaires : 13h à 13h55**

**Sessions finales : 8h à 8h55**

Les périodes d'échauffement sont de **25 minutes pour chacun des groupes** dans le bassin de compétition. Pendant les premières 15 minutes la circulation dans tous les couloirs se fera en cercle. Lors des 10 dernières minutes, tous les couloirs «sprint » avec départ plongé autorisé et la circulation se fera à sens unique. Si un couloir est utilisé par plus d'un club, il appartient aux entraîneurs de s'entendre pour appliquer les règles de circulation et de la période sprint.

**SAMEDI 3 juin 2017**

**Échauffement : 13h00 à 13h25**

**DÉBUT de la rencontre: 14H00**

<b><u>BASSIN PEU-PROFOND</u></b>		<b><u>BASSIN PROFOND</u></b>
Mego(11) – Enc(8)	<b><u>Couloir 1</u></b>	Élite (19)
Cdndg(19)	<b><u>Couloir 2</u></b>	Élite(19)
Cdndg(19)	<b><u>Couloir 3</u></b>	Élite(15) – Capn(4)
Cdndg(15) – Hippo(5)	<b><u>Couloir 4</u></b>	Laval(19)
NN(15) – Stn(5)	<b><u>Couloir 5</u></b>	Cnsl(19)
Pcsc(6) – Red(5) – Ici(2) – Sher(5)	<b><u>Couloir 6</u></b>	Torp(10) – Cnbf(10)

**Échauffement : 13h30 à 13h55**

**DÉBUT de la rencontre : 14H00**

<b><u>BASSIN PEU-PROFOND</u></b>		<b><u>BASSIN PROFOND</u></b>
Samak(20)	<b><u>Couloir 1</u></b>	Csla(19)
Samak(10) – Cnsh(9)	<b><u>Couloir 2</u></b>	Csla(15) – Llou(4)
Capi(13) – Cadac(6)	<b><u>Couloir 3</u></b>	Llou(17) – Cnmn(2)
Camo(19)	<b><u>Couloir 4</u></b>	Cnmn(19)
Camo(15) – R2P(4)	<b><u>Couloir 5</u></b>	Cnmn(7) – Ng(12)
R2P(19)	<b><u>Couloir 6</u></b>	Ng(19)

**DIMANCHE 4 juin 2017**

**Échauffement : 08h00 à 08h25**

**DÉBUT de la rencontre : 09H00**

<b><u>BASSIN PEU-PROFOND</u></b>		<b><u>BASSIN PROFOND</u></b>
Samak(20)	<b><u>Couloir 1</u></b>	Csla(18)
Samak(7) – Cnsh(10)	<b><u>Couloir 2</u></b>	Csla(15) – Llou(4)
Capi(13) – Cadac(6)	<b><u>Couloir 3</u></b>	Llou(17) – Cnmn(2)
Camo(19)	<b><u>Couloir 4</u></b>	Cnmn(19)
Camo(16) – R2P(4)	<b><u>Couloir 5</u></b>	Cnmn(6) – Ng(12)
R2P(19)	<b><u>Couloir 6</u></b>	Ng(19)

**Échauffement : 08h30 à 08h55**

**DÉBUT de la rencontre : 09H00**

<b><u>BASSIN PEU-PROFOND</u></b>		<b><u>BASSIN PROFOND</u></b>
Mego(11) – Enc(7)	<b><u>Couloir 1</u></b>	Élite (18)
Cdndg(18)	<b><u>Couloir 2</u></b>	Élite(18)
Cdndg(18)	<b><u>Couloir 3</u></b>	Élite(14) – Caso(5)
Cdndg(18)	<b><u>Couloir 4</u></b>	Laval(19)
NN(15) – Pcsc(2)	<b><u>Couloir 5</u></b>	Cnsl(18)
Stn(5) – Red(5) – Ici(2) – Sher(5)	<b><u>Couloir 6</u></b>	Torp(10) – Cnbf(5) – Capn(3)

Les entraîneurs doivent s'assurer qu'il n'y a pas plus de 20 nageurs par couloir.

Pendant les premières 15 minutes, la circulation dans tous les couloirs se fera en cercle. Lors des 10 dernières minutes, tous les couloirs seront des couloirs « sprint » avec départ plongé autorisé et la circulation se fera à sens unique.

### **DÉROULEMENT DE LA COMPÉTITION**

- Toutes les épreuves se nageront par catégorie d'âge (10 ans et moins / 11-12 ans) du plus lent au plus rapide.
- La compétition se déroulera en 2 bassins de 25m.
  - Samedi : garçons / bassin profond - filles / bassin peu-profond
  - Dimanche : garçons / bassin peu-profond - filles / bassin profond
- Dans le bassin peu-profond, les nageurs des couloirs 4, 5 et 6 doivent accéder sur le pont par le côté des gradins et les nageurs des couloirs 1, 2 et 3 doivent accéder sur le pont par l'autre côté. Pour la sécurité de tous et pour le bon déroulement de la compétition, les nageurs doivent monter sur le pont une fois que le départ a été donné.
- Après leur épreuve, les nageurs doivent quitter le bassin par les côtés.

#### Épreuve de 25m battement de jambes torpille

- Les nageurs n'ont droit à aucune aide flottante.
- Les nageurs plongent du plot de départ.
- Le nageur doit être sur le ventre sur toute la distance.
- Les mains doivent rester devant la tête du nageur tout au long de la longueur.
- Les nageurs doivent être inscrits sans temps (NT).

#### Épreuve de 50m battement de jambes planche

- Départ dans l'eau, avec une main sur le mur.
- Aucun mouvement de bras n'est toléré durant l'épreuve (y compris à l'approche du mur).
- Battements de jambes avec planche.
- Le temps s'arrête quand la main touche le mur.
- Les nageurs doivent être inscrits sans temps (NT).

#### Positions hydrodynamiques pour les épreuves de 50m au dos et au papillon

- La Fédération de natation du Québec fournira des rubans aux organisateurs afin de valoriser la réussite des nageurs qui - pour les épreuves de 50m au dos et au papillon - effectueront un battement propulsif des jambes sous l'eau jusqu'à **5m lors du premier virage** en bassin de 25m.

#### **Relais mixtes**

- Chaque nageur est limité à un relais par session
- Un club peut inscrire autant de relais qu'il le veut, tout en respectant la règle du 1 relais par session par nageur.
- Un relais mixte est normalement composé de 2 filles et 2 gars et nous encourageons les clubs à respecter le plus possible cette règle, mais dans l'objectif de faire participer le plus de nageurs possible aux relais, toutes les combinaisons de nageurs seront acceptées (2F-2G; 1F-3G; 3F-1G; 4F-0G; 0F-4G).

## **FORFAITS**

Les forfaits devront être faits au plus tard 30 minutes avant le début de la session.

## **ÉPREUVES DE RELAIS**

Les noms et l'ordre des nageurs de relais peuvent être modifiés jusqu'à 30 minutes après le début de la session

## **Identification des relayeurs**

Les membres d'une équipe de relais ainsi que l'ordre de départ doivent être envoyé en même temps que les inscriptions.

## **RÉSULTATS**

Les résultats en direct seront disponibles via notre site internet : [natationelite.com](http://natationelite.com) Ils seront également disponibles via l'application SplashMe. Les résultats seront affichés dans les gradins et à la sortie des vestiaires garçons

## **RÉCOMPENSES**

### **Récompenses**

- 4 temps améliorés = médaille d'or
- 3 temps améliorés = médaille d'argent
- 2 temps améliorés = médaille de bronze
- Les médailles seront remises lors de l'événement
- Les épreuves N.T. ne seront pas comptabilisées dans les améliorations de temps.
- Une bannière sera remise à l'équipe qui démontrera la meilleure éthique sportive.

Il y aura remise de prix de présence. Ils seront annoncés par une cloche au début de la série. Le nageur gagnant de cette série devra se présenter au starter pour récupérer son prix.

LA BANNIÈRE DE L'ÉTHIQUE SPORTIVE SERA REMISE À LA FIN DE LA SESSION DU DIMANCHE MATIN.

Nous aimerions que les clubs ne quittent pas avant la remise.

## **RÈGLEMENTS**

Les règlements de Natation Canada (incluant les procédures d'échauffement) :

<https://www.swimming.ca/content/uploads/2015/06/procedures-de-securite-pour-lechauffement-en-compétition-de-natation-canada-26-septembre-2016.pdf>), de la FNQ ainsi que le règlement de sécurité de natation en bassin de la Fédération de natation du Québec seront en vigueur et s'appliquent à tous les participants.

## **COLLATIONS :**

Des collations seront servies lors la compétition pour les entraîneurs et les officiels.

Nous vous demandons, pour aider l'environnement, d'amener votre bouteille d'eau que vous pourrez remplir sur le bord de la piscine.

**Merci de votre collaboration au maintien  
de la propreté du bord de la piscine et des vestiaires.**

**Le flamage est interdit dans les vestiaires**

**BONNE COMPÉTITION À TOUS !**

**MERCI DE VOTRE PARTICIPATION !**