



BULLETIN TECHNIQUE TECHNICAL BULLETIN

See English Below

Invitation provinciale DEV
A-AA-AAA
23-25 octobre 2015
Centre Sportif du Parc Olympique

**Bienvenue à vous tous!
Nous avons hâte de vous accueillir ce week-end!**

Voici quelques points à noter :

- Nous n'utiliserons qu'un côté de la piscine divisée en 8 couloirs de 25m. L'autre moitié de la piscine sera disponible en tout temps durant la compétition pour les échauffements et dénagements.
- Les deux sessions du samedi ont été combinées : donc les nageurs Développements et les nageurs A-AA-AAA nageront tous le matin dans la même session en alternant les épreuves. Soyez sans crainte que cela crée quand même des sessions de durée très raisonnable! Voir plus loin pour le programme et l'horaire révisés.
- Il y aura une réunion des entraîneurs près de la table du commis de course le vendredi 23 octobre à 17h50 et au besoin le samedi matin à 8h50.
- SVP nous aviser de tout forfait au moins 30 minutes avant le début des sessions, particulièrement au 400m libre ou cela permettra peut-être de diminuer le nombre de séries.
- Les résultats seront affichés sur le bord de la piscine et dans les gradins et ils seront diffusés en direct sur notre site web au www.neptunenatation.com et SplashMe. Suite à la compétition, les résultats seront disponibles sur le site de Natation Canada.
- Veuillez noter qu'il y a un WI-FI public disponible nommé "CSPO".
- Les procédures de sécurité de Natation Canada pour les échauffements de compétition seront en vigueur. Maximum de 20 nageurs par couloir. L'entrée dans l'eau doit se faire les pieds en premier, aucun plongeon ou saut ne sera toléré, sauf dans les couloirs 1 et 8 lors des 10 dernières minutes de la période d'échauffement.
- Premiers soins et évacuation : Référez-vous aux sauveteurs pour tout problème nécessitant une intervention.
- Des rafraîchissements, café et repas seront disponibles pour les entraîneurs et officiels dans une aire désignée sur le bord de la piscine. SVP amener votre gourde d'eau, des abreuvoirs seront disponibles. De plus une cantine payante est disponible pour les spectateurs à l'entrée du centre sportif.
- Des passes de stationnement au coût de 5\$ seront disponibles à la guérite via le stationnement avec entrée rue Viau ou à l'intérieur à l'entrée principale de la piscine.

INVITATION PROVINCIALE NEPTUNE A-AA-AAA et Développement
Centre sportif du Parc Olympique

Vendredi 23 octobre 2015		Echau 17h	Debut 18h	Fin 20h30
FEMMES	EPREUVE		HOMMES	
1	4X50m relais libre MIXTE		1	
3	400m libre		4	
5	100m brasse		6	
7	200m QN		8	
9	4x50m relais libre QN MIXTE		9	
Samedi 24 octobre 2015		Echau 8h00	Debut 9h00	Fin 12h30
FEMMES	EPREUVE		HOMMES	
11	4x50m relais QN		12	
109	4x50m relais libre libre TOUS DEV			
13	200m dos		14	
101	200m libre DEV		102	
15	50m libre		16	
103	50m dos DEV		104	
17	100m papillon		18	
19	50m dos		20	
105	50m brasse DEV		106	
21	50m brasse		22	
107	100m QN DEV		108	
23	200m libre		24	
Dimanche 25 octobre 2015		Echau 8h00	Debut 9h00	11h30
FEMMES	EPREUVE		HOMMES	
25	4x50m relais libre		26	
27	100m QN		28	
29	100m libre		30	
31	50m papillon		32	
33	200m brasse		34	
35	100m dos		36	
37	200m papillon		38	

BONNE COMPÉTITION!! HAVE A GREAT MEET!!

Sylvie Potvin
Directrice de rencontre
Neptune Natation
sylviepotvin2@yahoo.ca

Luc Bisailon
Responsable des officiels
Neptune Natation
lucbisailon@gmail.com

Welcome!
We look forward to seeing you!

Some important changes to note :

- We will only be using half of the 50m pool divided into 8 lanes. The other half will be available for warm-up and swim down for the entire duration of the meet.
- The 2 sessions on Saturday have been combined: Development and A-AA-AAA swimmers will all swim together in the morning, alternating events. No worries though, the sessions are still within a reasonable timeline! See above for the revised program and timelines.
- There will be a coaches meeting near the clerk of course table Friday October 23 at 5 :50pm and on Saturday October 24 at 8 :50am if needed.
- Please advise us of any scratches at least 30 minutes before the start of the sessions, particularly for the 400m freestyle as this might allow us to eliminate some heats.
- Results will be posted on the pool and in the stands. Live results are available on our web site at www.neptunenatation.com or on SplashMe. Following the meet, they will also be available on the Swimming Canada website.
- There is public WiFi available, please choose "CSPO".
- Please respect the Warm-up safety procedures from Swimming Canada. There will be a maximum of 20 swimmers per lane. Entry in the water must be made feet first, no diving or long jump will be tolerated. Diving will be permitted during the last 10 minutes of the warm-up in lanes 1 and 8.
- First aid and evacuation : Please refer to the lifeguards for any problems needing an urgent intervention.
- Food and beverages will be available for all coaches and officials in the designated area by the pool deck. Please bring your own water bottles, fountains are available for refill. For spectators and swimmers, light foods can also be bought at the main entrance level.
- Parking passes are available at the cost of \$5 directly at the parking entrance on Viau street or inside at the main entrance to the pool.

Thanks!!
Merci!!