



BULLETIN TECHNIQUE

1^{ER} INTRA CNSL

Le 14 octobre 2017





BULLETIN TECHNIQUE



Comité de direction

Directrices de rencontre

Anne Vo (nhvo02@yahoo.ca)
Maryse Petitpas (petitapsm@videotron.ca)

Responsable des Officiels

Kerwin Gotay (kerwin.gotay@gmail.com)
Kamel Bouali

Logistique

Adresse : 2385, boulevard Thimens, Saint-Laurent – Complexe Sportif Saint-Laurent
1 piscine 25 mètres, huit couloirs
Estrade pour environ 100 spectateurs

Les effets personnels dans les vestiaires et sur le bord de la piscine sont sous la responsabilité de chacun des participants. LE CNSL n'est pas responsable des bris et vols qui pourraient survenir.

Nous demandons la collaboration de tous pour garder les installations propres.

Sanction

Sanction # 22656 de la Fédération de Natation du Québec

Réunion des entraîneurs

La rencontre des entraîneurs avec le juge-arbitre et les directrices de rencontre se tiendra au bureau de contrôle à **8H30 samedi AM**.

Tous les entraîneurs par groupe doit s'y présenter.

Déroulement/ Marshalling

Les entraîneurs doivent diriger les nageurs vers l'arrière des plots de départ où des chaises seront installées pour 3 vagues à l'avance.

Toutes les épreuves sont des finales par le temps.

Les disqualifications seront des « Oups » remis à l'entraîneur du nageur.

Les cartes de chronométrage seront remises directement aux chronométreurs. Un programme des épreuves sera distribué à chaque entraîneur.

Officiels

Merci d'apporter votre propre bouteille d'eau!

Forfaits

Si un nageur ne peut se présenter pour une épreuve pour quelque raison que ce soit, s.v.p. en aviser le commis de course avant la réunion des entraîneurs.

Résultats

Les résultats des sessions seront disponibles sur les sites web de SNC et du Club après la compétition et seront affichés dès que possible dans le corridor attendant à la piscine.

Stationnement

À noter que le stationnement du Complexe Sportif est gratuit.

Si il n'y a plus de places disponibles, il est possible de stationner dans le stationnement de l'aréna Raymond-Bourque.

Horaire Samedi 14 octobre 2017

Session 1 - Samedi matin

Échauffement
Début /Start 09h00

	Épreuves	Filles et Garçons
1	200m Libre	Tous
2	25m dos	8 ans et moins
3	50m Dos	Tous
4	100m Libre	9 ans et plus
5	50m Papillon	Tous
6	100m QNI	Tous
7	200m QNI	Tous
8	25m Brasse	8 ans et moins
9	50m Brasse	Tous
10	100m Dos	9 ans et plus
11	25m Libre	8 ans et moins
12	50m Libre	Tous
13	100m Papillon	11 ans et plus
14	100m Brasse	9 ans et plus
15	400m Libre	11 ans et plus

Échauffement samedi 14 octobre 2017

	TEMPS 8H00 à 8H45
COULOIR 1	Groupe Elite
COULOIR 2	Groupe Développement 2
COULOIR 3	Groupe Espoirs
COULOIR 4	Groupe Développement 1
COULOIR 5	Groupe Espadons
COULOIR 6	Groupe Saumons
COULOIR 7	Groupe Sardines
COULOIR 8	Groupe Planctons

LA PROCÉDURE D'ÉCHAUFFEMENT DE SNC SERA EN VIGUEUR DURANT CETTE RENCONTRE.

Rappel : les entraîneurs sont responsables de la supervision de leurs nageurs pendant toute la période d'échauffement.

- Durant la période d'échauffement, il ne doit pas y avoir un maximum de 20 nageurs par couloir.
- L'entrée à l'eau se fait pieds en premier, de façon sécuritaire dans tous les couloirs utilisés pour la nage en cercle.
- Tous les participants nageant dans un même couloir doivent circuler en utilisant une voie d'aller et une voie de retour.
- Les participants ne peuvent faire aucun plongeon, sauf durant les derniers dix minutes de la période d'échauffement ou les plongeurs sont permis. La circulation dans tous les couloirs est alors à sens unique.

COMPETITION WARM-UP SAFETY PROCEDURES

Meet Management for all sanctioned Canadian swimming competition must ensure the following safety procedures are applied. It is incumbent on coaches, swimmers, and officials to comply with these procedures during all scheduled warm-up periods. Coaches are requested to encourage swimmers to cooperate with Safety Marshals.

GENERAL WARM-UP:

Swimmers must enter the water **FEET FIRST** in a cautious manner, entering from a start or turn end only and from a standing or sitting position.

Running on the pool deck and running entries into the pool tank are prohibited.

Meet Management may designate the use of sprint or pace lanes during the scheduled warm-up time. Any such lane usage must be communicated either in pre-competition handout, announcement or deck signage.

Diving starts shall be permitted only in designated sprint lanes.

Only one-way swimming from the start end of sprint lanes is permitted.

Notches or barriers must be placed on starting blocks to indicate no diving during warm-up.

EQUIPMENT:

Kick Boards, Pull-Buoys, Ankle Bands, and Snorkels are permitted for use in the scheduled warm-up time.

Meet Management may permit use of tubing or cord assisted sprinting in designated lanes and during specific times of the warm-up only. Coaches are responsible for equipment reliability and use.

Hand paddles, drag chutes, and fippers / fins are not permitted during any warm-up at any time.

VIOLATIONS:

Swimmers witnessed by a Safety Marshal diving or entering the water in a dangerous fashion will be scratched without warning from their first event following the warm-up period in which the violation occurred.

In the case of a second offense during the same competition the swimmer will be removed from the competition in its entirety. A provincial disciplinary action or report may be filed.

SAFETY MARSHALS:

The Safety Marshal is a trained position designated by Meet Management. Safety Marshals shall:

- Be visible by safety vest
- Be situated at each end of the competition tank and when applicable, similarly situated in designated warm-up tanks when pre-competition warm-ups are scheduled.
- Actively monitor all scheduled warm-up periods.
- Ensure participants comply with warm-up safety procedures and report violations to the Referee.

PARA-SWIMMER NOTIFICATION:

Coaches are requested to notify Safety Marshals of any Para-swimmers participating in warm-ups where necessary and at the coach's discretion.

The following statement must appear in all Swimming Canada sanctioned meet information and posted notices: "SWIMMING CANADA WARM-UP COMPETITION SAFETY PROCEDURES WILL BE IN EFFECT AT THIS MEET."

PROCÉDURES DE SÉCURITÉ POUR L'ÉCHAUFFEMENT EN COMPÉTITION DE NATATION CANADA

Au cours de la période réservée au réchauffement, le comité organisateur 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 et 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 permis.

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.

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 et 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. Les couloirs extérieurs devraient être désignés comme couloirs de sprint.

CONTRÔLEUR DE LA SÉCURITÉ:

Le contrôleur de la sécurité est un poste avec une formation désigné 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 échauffements pré-compétition sont prévus.
- Surveiller activement toutes les périodes prévues d'échauffement dans le bassin de compétition.
- Assurer que les participants respectent les procédures de sécurité lors de l'échauffement et rapporter les violations au juge-arbitre.

AVIS À PROPOS DES PARANAUGEURS:

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.

La déclaration suivante doit apparaître dans tous les dossiers d'information des compétitions sanctionnées de Natation Canada et les avis affichés: «LES PROCÉDURES DE SÉCURITÉ DE NATATION CANADA POUR LES ÉCHAUFFEMENTS DES COMPÉTITIONS SERONT EN VIGUEUR DANS CETTE COMPÉTITION.»