



ANLSL

Rencontre régionale #1/1st Regional Meet

28-29 octobre 2017/October 28-29 2017

Comité de direction/Organizing Committee

Directeur de Rencontre/Meet Manager

Louise Amano

louise_amano1@hotmail.com

(514) 692-2953

Marie-Christine Potvin

potvinmc@hotmail.com

(514) 775-6564

Responsable des inscriptions/Entries

Lyne Lebel

leblyn@gmail.com

(514) 891-6530

Responsables des officiels/Officials

Garry Dearn

gapdearn@sympatico.ca

(514) 595-5555

Adresse : 1411, rue Lapierre, Lasalle, Québec, H8N 2J4

Sanction

Sanction # 22658 de la Fédération de Natation du Québec

Estrades / Stadium Seating

Étant donné le nombre élevé de nageurs et de parents, veuillez aviser vos nageurs que les **estrades sont réservées aux parents seulement.**

*Due to the large number of swimmers and parents, please advise your swimmers that **the seating in the stands is reserved for parents only.***

Épreuves techniques/technical events

L'épreuve technique de torpille pour les 8 ans et moins et les 9-10 ans ne sera pas chronométrée.

The torpille technical event for the 8 years old and under and the 9-10 years old will not be timed.

Affichage sur les murs/Display on the walls

SVP, on vous demande de ne rien coller sur les murs fraîchement repeints.

Please, we ask that you do not tape anything on the new painted walls.



Réunion des entraîneurs/Coaches' Meeting

14h30: La rencontre des entraîneurs avec le juge-arbitre et le directeur de rencontre se tiendra au bureau du commis de course avant la session. Un entraîneur par club doit s'y présenter.

2:30pm: *The Coaches' Meeting with the Referee and Meet Manager will take place in the clerk of course's office before the start of the session. One coach per club must attend.*

Résultats/Results

Les résultats seront affichés dès que possible sur les panneaux prévus à cette fin à l'Aquadôme et ils seront disponibles dans les plus brefs délais sur le site internet officiel de Natation Canada.

The results will be posted as soon as possible on the walls indicated at the Aquadome and will be available on the Swimming Canada website.

Échauffements/Warm-ups

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

L'horaire des échauffements se trouve ci-joint. Nous vous rappelons que 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 plus 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 dans les 5 dernières minutes dans chacun des couloirs pendant lesquelles les plongeurs sont permis. La circulation dans ces couloirs est alors à sens unique.

THE SNC WARM-UP PROCEDURE WILL BE IN EFFECT DURING THIS COMPETITION.

You will find the warm-up schedule attached. We wish to remind you that the Coaches are responsible for supervising their swimmers during the entire warm-up.

- *During warm-up there must not be more than 20 swimmers per lane.*
- *Enter the water feet-first, in a safe manner, in all lanes where there is circle-swimming.*
- *All the swimmers in the same lane must follow using one side to go and the other to come back (circle-swimming).*
- *No swimmers may dive except in the last 5 minutes of the warm-up in each lane when diving will be permitted. Circle-swimming will cease and swimmers will exit the water at the end of the lane.*


Répartition des bassins compétition/pool assignments for swim meet

Samedi: CNSL-CNL-MIS-DSC-CSLA

- Bassin peu profond : 8 ans et moins et 11 ans et plus
- Bassin profond : 9-10 ans

***Attention- horaire du samedi : L'épreuve #5 (50m libre 11 ans et plus) aura lieu dans le bassin profond après l'épreuve #2 (25m torpille 9-10 ans).**

Saturday: CNSL-CNL-MIS-DSC-CSLA

- *Shallow end : 8 years and under and 11 years and older*
- *Deep end : 9-10 years old*

***Attention- Saturday schedule: Event #5 (50m free 11 years and older) will take place in the deep end after event #2 (25m torpille 9-10 years old).**

Dimanche: DDO-BBF-PCSC-CALAC

- Bassin peu profond : 8 ans et moins et 11 ans et plus
- Bassin profond : 9-10 ans

Sunday: DDO-BBF-PCSC-CALAC

- *Shallow end : 8 years and under and 11 years and older*
- *Deep end : 9-10 years old*

Répartition des bassins réchauffement/pool assignments for warm-up

SAMEDI 28 octobre/SATURDAY October 28			
PROFOND/DEEP	COULOIR/LANE	2:00pm - 2:20pm	2:20pm - 2:40pm
	1	DSC	DSC
	2	DSC	DSC
	3	DSC	DSC
	4	DSC	DSC
	5	MIS	MIS
	6	MIS	MIS
PEU- PROFOND/SHALLOW	COULOIR/LANE	2:00pm - 2:20pm	2:20pm - 2:40pm
	1	CNSL	CNSL
	2	CNSL	CNSL
	3	CNSL	CNSL
	4	CSLA	CSLA
	5	CSLA	CSLA
	6	CNL	CSLA



DIMANCHE 29 octobre/SUNDAY October 29			
PROFOND/DEEP	COULOIR/LANE	2:00pm - 2:20pm	2:20pm - 2:40pm
	1	BBF	BBF
	2	BBF	BBF
	3	DDO	DDO
	4	DDO	DDO
	5	DDO	DDO
	6	DDO	DDO

PEU- PROFOND/SHALLOW	COULOIR/LANE	2:00pm - 2:20pm	2:20pm - 2:40pm
	1	PCSC	PCSC
	2	PCSC	PCSC
	3	PCSC	PCSC
	4	PCSC	PCSC
	5	CALAC	CALAC
	6	CALAC	CALAC

C'est Halloween!



Nous voulons faire de cette compétition un événement effrayant!

À cette fin, les nageurs et entraîneurs doivent porter un costume.

Chapeaux, perruques, masques et costumes faciles à enlever seraient le meilleur choix.

s'il vous plaît assurez-vous que les nageurs ne portent pas de maquillage lourd ou de peinture corporelle. Attendez-vous à de la musique effrayante et à des friandises.

JOYEUSE HALLOWEEN!!

It's Halloween!!!



We want to make this Competition extra Spooky!

In the spirit of Halloween, swimmers and coach must wear a costume.

Hats, wigs, masks and easy-to-remove costumes would be the best choices.

Please ensure swimmers do not wear heavy makeup or body paint.

Expect scary music and treats.

No tricks, please.

HAPPY HALLOWEEN!