

L'Association de Natation
Québec Chaudière-Appalaches



et

Les clubs de natation



Présentent

Les Essais régionaux 13 ans et plus

Vendredi, samedi et dimanche 25, 26 et 27 mars 2022



GÉNÉRALITÉS

La compétition est une invitation fermée s'adressant aux nageuses et nageurs âgés de 13 et plus faisant partie des clubs de la région de Québec et de Chaudière-Appalaches. Le programme de la compétition se déroulera sur quatre (4) sessions, réparties de la manière suivante :

Session 1: Vendredi soir, à compter de 18h00 (échauffement)

Session 2: Samedi AM, à compter de 8h30 (échauffements 7h00)

Session 3 : Samedi PM, à compter de 14h00 (échauffement 12h30)

Session 4 : Dimanche AM, à compter de 8h30 (échauffement (7h00))

Adresse de la piscine

Piscine Sylvie-Bernier
3020, boul. Hochelaga
Québec, Québec, G1V 3Y4

Directeurs de la rencontre

Paul Bourassa

Tél. : 581-309-9755

Courriel : officiels@natation-nsh.com

Pascal Villeneuve

Tél. : 418-955-0850

Courriel : officielsriverains@hotmail.com

Responsable des inscriptions

Dominic Lacoste

Tél. : 418-931-4543

Courriel : doumy_d@hotmail.com

Responsables des officiels

Jean-Philippe Tremblay

Tél. : 418-955-8709

Courriel : jean-philippet@videotron.ca

Marie-France Godin

Tél. :

Courriel : godinmf@gmail.com

Coordonnateur à la gestion de risque

Dominic Lacoste

Tél. : 418-931-4543

Courriel : doumy_d@hotmail.com



Installations

Bassin de 25 mètres de 8 couloirs, système de chronométrage utilisé : ARES 21 avec plaques de touche et tableau d'affichage 8 positions, vestiaires, casse-croûte et gradins pouvant accueillir 350 spectateurs.

Mesures sanitaires dues à la COVID-19

[Le Plan de relance des compétitions en période COVID de la Fédération de natation du Québec devra être respecté et mis en application.](#) Vous êtes invités à consulter le document.

NB Nous vous invitons à prendre connaissance du document se trouvant à l'annexe 1 à la suite de l'invitation, intitulé « **Protocoles et procédures en lien avec la COVID** ».

***les mesures peuvent être appelées à changer selon l'évolution de la situation sanitaire.

Heures d'ouverture des vestiaires pour les nageurs (IMPORTANT)

Veuillez prendre note qu'en raison des mesures sanitaires les vestiaires ne seront accessibles aux nageurs que 15 minutes avant le début des périodes d'échauffement.

INFORMATIONS SUR LA COMPÉTITION

Sanction

La rencontre est autorisée par la Fédération de natation du Québec.

Règlements

Les règlements de Natation Canada et de la Fédération de natation du Québec s'appliqueront lors de cette rencontre.

Les départs se feront à partir des plots de départ selon FINA FR 2.3 et SW 4.1. **ET / OU** Les départs se feront du bord de la piscine ou du pont selon les règlements canadiens sur les installations CFR 2.3.1 et CSW 4.1.1.

Pour les paranageurs, les départs seront réalisés conformément au règlement WPS 11.1 et au paragraphe 1.2.3.1 de l'annexe 2 du WPS.

Procédures de sécurité

Durant la compétition, les procédures de sécurité pour l'échauffement en compétition de Natation Canada seront en vigueur. En outre, un athlète fautif pourrait être pénalisé et ne pas participer à la première épreuve de la session. Voir les procédures en cliquant sur



le lien suivant : <https://www.swimming.ca/content/uploads/2021/07/procedures-de-securite-pour-lechauffement-en-compétition-de-natation-canada-2020.pdf>

Les organisateurs, nageurs et entraîneurs devront également respecter le règlement de sécurité en bassin. On peut consulter le règlement en cliquant sur le lien suivant : <https://www.fnq.qc.ca/wp-content/uploads/reglement-de-securite-de-la-natation-en-piscine-2021.pdf>

Admissibilité des nageurs

Les nageurs doivent être inscrits compétitifs ou non-compétitifs auprès de la Fédération de Natation du Québec ou de leur propre fédération provinciale/nationale. Les nageurs inscrits non-compétitifs devront en être à leur première compétition de la saison en cours afin de pouvoir y prendre part.

Critères d'exclusion : Les nageurs ayant participé à la Coupe du Québec Senior 2 (hiver) ne pourront participer à la compétition.

Admissibilité des entraîneurs

Chaque entraîneur participant à une compétition devra être membre en règle de la FNQ ou de sa propre fédération provinciale/nationale.

Afin de pouvoir entraîner et participer à des compétitions sanctionnées, l'entraîneur(e) d'un club québécois doit avoir minimalement obtenu le statut « certifié » d'une formation suivante :

- Natation 101– Entraîneur(e) des fondements de la natation;
- Natation 201 – Entraîneur(e) groupe d'âge ;
- Natation 301 – Entraîneur(e) senior au début de sa prise de fonction.

Mesure d'exception pour les nouveaux entraîneurs: se référer au règlement de sécurité de la natation en bassin.

Chaque club devra obligatoirement avoir un entraîneur exclusivement dédié à sa fonction d'entraîneur durant une compétition. Un entraîneur ne pourra donc pas compétitionner si celui-ci est le seul entraîneur présent de son club.

FORMAT DE LA COMPÉTITION

Catégories d'âge

Filles 12 ans, Garçons 12 ans (réservé aux nageurs nés entre le 2009-03-25 et le 2009-04-09)

Filles 13-14 ans, Garçons 13-14 ans



Filles 15-16 ans, Garçons 15-16 ans

Filles 17 ans et plus; Garçons 17 ans et plus

IMPORTANT : Le groupe d'âge du nageur est déterminé par l'âge de ce dernier au premier jour de la compétition.

Épreuves

Chaque nageur pourra s'inscrire à un maximum de cinq (5) épreuves pour les sessions du samedi et du dimanche (les 800m et 1500m peuvent être une sixième épreuve). Après réception des inscriptions, le comité organisateur pourra décider d'ajouter une épreuve supplémentaire si l'estimé de temps le permet. Le cas échéant, le responsable des inscriptions communiquera avec chacun des clubs afin que vous puissiez ajouter une épreuve pour chacun des nageurs inscrits. Cet ajout ne pourra pas se faire le matin même de la compétition. Une date limite de dépôt des inscriptions supplémentaires vous sera mentionnée.

Déroulement

Toutes les épreuves individuelles seront nagées « finales contre-la-montre », du plus lent au plus rapide, filles suivies des garçons, sauf pour les épreuves du 800m libre et du 1500m libre qui se nageront en alternance, mixtes et du plus rapide au plus lent. Un maximum de 48 nageurs (6 séries) seront acceptés pour le 800m et 32 nageurs (4 séries) pour le 1 500m (meilleurs temps à vie).

Modifications et forfaits

Les modifications et forfaits devront être remis par écrit au secrétariat au plus tard 30 minutes avant le début de chaque session

Temps de passage officiel

Les demandes de temps de passage comme temps officiel devront être faites par écrit à la table du commis de course au plus tard 30 minutes avant le début de l'épreuve en question.

Échauffement

Afin d'assurer le respect des règlements de sécurité, des modalités de partage des couloirs et du temps d'échauffement seront communiquées aux entraîneurs dans les jours qui précéderont la rencontre via le bulletin technique.



Horaire de la compétition

Session 1 (Vendredi soir)

	Épreuves	
1	800m libre	
2	1500m libre	

Session 2 (Samedi AM)

Filles	Épreuves	Garçons
3	400m libre	4
5	50m papillon	6
7	100m libre	8
9	200m dos	10
11	100m brasse	12

Session 3 (Samedi PM)

Filles	Épreuves	Garçons
13	200m brasse	14
15	100m papillon	16
17	100m dos	18
19	50m libre	20
21	400m QNI	22

Session 4 (Dimanche AM)

Filles	Épreuves	Garçons
23	200m libre	24
25	50m brasse	26
27	200m QNI	28
29	50m dos	30
31	200m papillon	32



RÉSULTATS, CLASSEMENT ET RÉCOMPENSES

Résultats

Durant la rencontre, les résultats pour chacune des sessions seront disponibles au cours de la compétition sur l'application SplashMe et le serveur de swimrankings. Les résultats finaux seront affichés sur le site de Natation Canada.

Récompenses

Des médailles seront remises aux nageurs ayant terminé aux trois premières positions pour chacune des épreuves et catégories (sauf pour les 12 ans) au programme.

PROCÉDURES D'INSCRIPTION

Modalités

Tous les athlètes participant à une compétition doivent être conformément inscrits dans une catégorie admissible au réseau de compétition (ex : un nageur ayant le statut « confirmer compte » n'est pas un nageur inscrit conformément) dans la base de données de Natation Canada*. Le fichier des épreuves est disponible sur le site : <https://www.swimming.ca/fr/evenements-resultats/>

Toutes les inscriptions devront OBLIGATOIREMENT être déposées sur ce même site dans la colonne « Déposer entrées » avant la date limite d'inscription.

Il est de la responsabilité du club de vérifier la validité des données avant de déposer les inscriptions en ligne.

Les inscriptions doivent être effectuées à www.swimming.ca/meetlist.aspx par fichier Splash LXF ou HYTEK ZIP **au plus tard le mercredi 16 mars 2022 à 17h00.**

Le nombre de participants sera limité à un maximum de 300 nageurs. Le comité organisateur se réserve le droit d'accepter uniquement un certain nombre de séries par épreuve avec les nageurs les plus rapides ayant des preuves de temps valides. Les clubs qui verront leurs nageurs refusés seront avisés et remboursés. Aucune réservation autre que par le dépôt d'un fichier d'inscription via le site Natation Canada qui pourra être modifié jusqu'à la date limite du 16 mars 2022.



Frais d'inscription

3,50 \$ + taxes = 4,03 \$ par nageur pour les frais fixes de participation (FNQ)

10.00 \$ + taxes = 11,50 \$ par épreuve

N.B. Les frais d'inscription ne sont pas remboursables.

- Les chèques doivent être faits à l'ordre de Natation Sainte-Foy-Haute-Saint-Charles ou NSH et remis avant le début de la première session au secrétariat
- Le paiement en ligne par carte de crédit est possible via l'envoi d'une facture électronique (prière de communiquer avec Paul Bourassa)
- Le paiement *Interac* est également possible :
 - Ajouter le destinataire NSH et choisir le mode de virement par courriel avec l'adresse tresorerie@natation-nsh.com
 - Si une question de sécurité est demandée, peu importe celle-ci, la réponse doit être : NSH
 - Dans la section Message ou Raison Inscrire le nom complet de votre club

Les inscriptions tardives seront acceptées lors de la compétition dans la mesure où celles-ci n'occasionnent pas de vagues supplémentaires.

Le paiement devra accompagner l'inscription et être remis au secrétariat à l'arrivée le matin de la compétition.

Une trousse d'information de la rencontre sera remise à chaque club au moment de l'inscription.

***Pénalité pour défaut d'inscription**

- Pour un nageur non inscrit conformément dans une catégorie admissible dans le site national d'inscription et ayant participé à une compétition :
 - Le club d'appartenance du nageur aura l'obligation de l'inscrire dans la catégorie appropriée dans les 5 jours suivants **et** une pénalité de 50 \$ par nageur fautif sera envoyée au club.
 - Le comité organisateur ayant accepté dans son événement un nageur non-inscrit recevra une pénalité de 100\$ par nageur fautif.
- Pour un nageur ayant participé à une compétition en étant inscrit dans une catégorie inappropriée :
 - La FNQ procédera à son changement de statut au moment où elle reçoit le rapport de validation de Natation Canada. Le nageur sera inscrit comme nageur compétitif.
 - Des frais administratifs de 20 \$ seront facturés par la FNQ pour le changement de catégorie.



BÉNÉVOLES ET OFFICIELS

Officiels

NSH et les Riverains comptent sur la participation de tous les clubs pour fournir le nombre nécessaire de bénévoles et d'officiels pour le bon déroulement de la rencontre. Merci de votre collaboration! Vous pouvez d'ores et déjà donner vos disponibilités via le lien suivant :

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfm7DBVOsvkBwLFDmzbbtpDCm_TcTLVuzUJlsvnoKMmx-ZDHg/viewform?usp=sf_link



Annexe 1

PROTOCOLES ET PROCÉDURES EN LIEN AVEC LA COVID

Toute personne accédant au lieu de la compétition reconnaît être exempte de symptôme relié à la COVID (fièvre, frissons ou tremblements, apparition ou aggravation d'une toux, difficulté à respirer – essoufflement, perte subite de l'odorat, perte de goût, mal de gorge, mal de tête, douleurs musculaires anormales, douleurs thoraciques, fatigue intense, perte importante de l'appétit, nausée ou vomissements, diarrhée ou maladie gastro-intestinale), ne pas avoir voyagé à l'étranger dans les 14 derniers jours, ne pas avoir été en contact avec une personne ayant eu un résultat positif à la COVID et ne pas être en attente de résultat à la suite d'un dépistage de la COVID.

LES DIFFÉRENTS REONSABLES

- ❖ La technicienne en loisir, Mme Gabrielle Boisvert de la Ville de Québec a été avisée de la tenue de l'événement. Une entente a été prise afin d'organiser la compétition.
- ❖ La tâche de coordonnateur en gestion de risque sera assurée par M. Dominic Lacoste.
- ❖ Les protocoles sanitaires à suivre pendant la compétition sont arrimés avec ceux de la piscine Sylvie-Bernier et des discussions entre les deux organisations ont eu lieu pour s'assurer de la cohérence de ceux-ci avec les orientations des deux organisations.

FORMULAIRE DE RECONNAISSANCE ET D'ACCEPTATION DES RISQUES

- ❖ Les nageurs et les entraîneurs ayant déjà rempli le formulaire de reconnaissance et d'acceptation des risques lors de leur affiliation sont exemptés de le signer à nouveau.
- ❖ Tous les officiels et bénévoles devront signer le formulaire d'acceptation des risques à leur arrivée (voir formulaire en annexe). Toutefois, les officiels ayant déjà rempli le formulaire d'acceptation des risques sur le site de Natation Canada ne sont pas requis de remplir ni d'apporter ce document.

CONSIGNES SANITAIRES

- ❖ Le port du masque est obligatoire pour tous les participants (officiels, bénévoles, entraîneurs, athlètes).
- ❖ L'athlète peut retirer son masque derrière son couloir, avant d'entrer à l'eau pour l'échauffement et avant sa course.
- ❖ Chaque athlète doit avoir un sac pour pouvoir transporter son masque et ses effets personnels pendant sa course.

Des informations supplémentaires quant aux différentes mesures en lien avec la COVID suivront dans le bulletin technique de la compétition.



Formulaire de reconnaissance et d'acceptation des risques (COVID-19)

Nom du participant : _____
(en lettres moulées)

Nom du parent ou tuteur : _____
(si le participant est mineur) (en lettres moulées)

Activité : _____
(en lettres moulées)

Période de l'activité : du _____ au _____

Je, soussigné (e), agissant en mon nom ou à titre de parent ou tuteur pour un enfant participant à l'activité mentionnée ci-dessus (ci-après l'« Activité »), reconnais et accepte ce qui suit :

- La COVID-19 a été déclarée par l'Organisation mondiale de la santé comme étant une pandémie mondiale et elle affecte notamment le Québec;
- Les autorités gouvernementales compétentes ont mis en place et peuvent adopter des mesures sanitaires afin de réduire la propagation de la COVID-19, notamment des mesures de distanciation sociale;
- Je suis informé (e) du contexte et des enjeux liés à la COVID-19, notamment en ce qui concerne les risques, la transmissibilité, les complications pour la santé et les symptômes associés ainsi que le caractère évolutif de la situation;
- La participation à l'Activité augmente les risques d'exposition et d'infection à la COVID-19 chez le participant de sorte qu'une contamination à la COVID-19, laquelle peut mener à des complications graves de l'état de santé, est une possibilité pour le participant dans ce contexte;
- En prenant part ou en permettant de prendre part au participant à l'Activité, je reconnais et accepte les risques d'exposition et d'infection à la COVID-19 pouvant découler d'une telle participation à l'Activité, et ce, volontairement et de manière libre et éclairée.

De plus, je déclare que ni moi ou le participant, ni aucune personne résidant à la même adresse, n'a manifesté des symptômes associés à la COVID-19 au cours des 14 derniers jours précédents la signature du présent document.

Je m'engage également à informer sans délai le ou la responsable de l'activité de la manifestation de tout symptôme associé à la COVID-19 m'affectant ou affectant le participant de même que de tout diagnostic positif à la COVID-19 prononcé à mon égard ou à l'égard du participant ou d'une autre personne résidant à la même adresse.

Je déclare avoir pris connaissance des conditions et des risques énoncés dans le présent document et comprends le contexte et les risques entourant la COVID-19. Ainsi, c'est **en toute connaissance de cause et en acceptant les risques** que peut comporter l'Activité que j'accepte d'y participer ou que le participant y participe.

Lecture et signature faites le : _____
(JJ/MM/AA)

Signature : _____