INVITATION PROVINCIALE

DÉVELOPPEMENT

DES FÊTES

15-16 DEC. 2012

HOLIDAYS PROVINCIAL

DEVELOPMENT INVITATIONAL

Piscine
Centre communautaire et aquatique de CSL
5794 ave. Parkhaven Ave.
Côte Saint Luc, QC H4W 1Z4
Tel.: 514-485-6806
Google map link

Hôte
Côte St-Luc Aquatics (CSLA)

Installation
Un (1) bassin de 25 mètres, 10 couloirs, avec câbles anti-vagues, système de chronométrage électronique Daktronics et tableau d'affichage à 10 lignes.

Règlements
Les règlements de Swimming/Natation Canada seront en vigueur.

Limite du nombre de nageurs
La direction de la rencontre se réserve le droit de limiter les inscriptions autour de 225 nageurs sur une base « premiers arrivés, premiers servis. »

Directrice de rencontre
Michèle Castonguay
514-768-3796
michele.castonguay@sympatico.ca

Réunion des entraîneurs
Il y aura une rencontre des entraîneurs le samedi 15 décembre à 12h55 à la piscine, près de l'aire du commis de course.

Critères admissibilités
Le nageur doit avoir réalisé les standards Provincial Développement durant la saison 2011-12 ou en 2012-13 au QNI et au Libre.

Les paranageurs de 12 ans et moins ayant atteint au moins un standard de qualification provincial de paranatation selon leur classification sont la bienvenue.

Tous les nageurs doivent être affiliés « compétitif ».

Pool
CSL Aquatic and Community Centre
5794 ave. Parkhaven Ave.
Côte Saint Luc, QC H4W 1Z4
Tel.: 514-485-6806
Google map link

Hosts
Côte St-Luc Aquatics (CSLA)

Facilities
One (1) 25 meter pool, 10 lanes, with anti-wave lanes ropes, Daktronics electronic system and a 10 lines scoreboard.

Rules
Swimming/Natation Canada rules will be in effect.

Maximum number of entries
The meet management reserves the right to limit the entries around 225 swimmers following the "first come, first served" principle.

Meet Manager
Michèle Castonguay
514-768-3796
michele.castonguay@sympatico.ca

Coaches meeting
There will be a coaches meeting Saturday December 15, at 12:55 on deck, next to the clerk of course area.

Admissibility criteria
Swimmer must have achieved the provincial development standards in 2011-12 or 2012-13 for the IM and Freestyle.

Paraswimmers aged 12 and under who achieved at least one paraswimming provincial standard in their respective classification are welcomed to participate.

All swimmers must be affiliated "Compétitif".

Catégories
Pour les filles et les garçons, les groupes d'âge pour les résultats sont :
8 ans et moins
9 ans
10 ans
11-12 ans

Le groupe d'âge des nageurs sera établi selon leur âge au 15 décembre 2012.

Épreuves
Le nombre **d'épreuves maximum** par nageur est limité à trois (3) **épreuves par jour** plus les relais.

Toutes les épreuves seront nagées sans égard au sexe et à l'âge des nageurs selon les temps d'entrées des plus lents aux plus rapides.

Aucune carte ne sera donnée aux nageurs, les feuilles de chronométrage seront acheminées directement aux chronométreurs.

Entraîneurs : Les entraîneurs sont responsables de la présence des nageurs aux blocs de départ. Il n'y aura aucune reprise d'épreuves à moins d'une erreur d'officiel.

Inscriptions
Toutes les inscriptions devront être effectuées à l'aide du logiciel SPLASH Team Manager et déposées via le site web natation.ca

Toutes les inscriptions doivent être reçues sur natation.ca au plus tard le mardi 4 décembre à 21h00.

Frais d'inscription
Cotisation FNQ : $4.50 par nageur
Épreuve individuelle: $6.50 par épreuve
Épreuve de relais: $9.00 par relais

Les chèques ou mandats de poste doivent être faits à l'ordre de Ville de Côte St-Luc et remis au commis de course avant le premier départ de la rencontre.

Categories
For girls and boys, the age groups for results are:
8 and under
9
10
11-12

The age group of the swimmer will be based on his/her age on December 15, 2012.

Events
The **maximum** of events per swimmer is **three (3) events per day** plus relays.

All the events will be swum with mixed genders and age groups. Seeding will be prepared based on the entry times from the slowest heats to the fastest.

There will not be any cards given to the swimmers; the timing sheets will be handed directly to the timers.

Coaches: Coaches are responsible for their swimmers to be up and ready behind the blocks. No swimmer will be allowed to swim in a later heat except in the case of an official's mistake.

Entries
All entries must be done by using SPLASH Team Manager and uploaded via swimming.ca website

All entries must be received on swimming.ca no later than Tuesday December 4 at 21:00.

Entry fees
FNQ fees : $4.50 per swimmer
Individual event : $6.50 per event
Relay event : $9.00 per relay

Cheque or money order should be made payable to City of Côte St-Luc and must be received by the clerk of course before the first start of the meet.

Les frais d'inscription sont non-remboursables. Aucune inscription tardive ne sera acceptée lors de la compétition.

The entry fees are non-refundable. No late / deck entry will be accepted during the meet.

Récompenses
Des cadeaux-surprises seront remis au hasard parmi les nageurs participants à la rencontre.

Une plaque sera remise à l'équipe (3 nageurs et plus) qui aura amélioré le plus d'épreuves au prorata des épreuves nagées. La plaque sera remise à l'équipe gagnante environ 10 minutes après la fin de la dernière épreuve du dimanche. Toutes les épreuves sans temps d'inscriptions prouvés seront changées pour NT et compteront comme des nages non-améliorées.

Officiels
Les clubs participants sont fortement invités et encouragés à déléguer des officiels à toutes les sessions afin d'offrir une rencontre de qualité aux nageurs. SVP communiquer vos disponibilités à Michèle Castonguay au 514-768-3796 ou michele.castonguay@sympatico.ca

Rewards
Surprise gifts will be randomly awarded among all participant swimmers.

A "most improved team" plaque will be awarded to the team of 3 swimmers and more showing the most improvement. The award will be given about 10 minutes after the completion of the last event on Sunday. All events entered without a proven entry time will be changes to NT and will count as a non-improved swim.

Officials
All participating teams are invited and encouraged to delegate officials to all sessions in order to offer the swimmers a top-quality meet. Please contact Michèle Castonguay at 514-768-3796 or michele.castonguay@sympatico.ca with your availabilities.

Standards

Filles / girls

Compétitions→ Épreuves↓	Développement 9 ans et -	10 ans	11-12 ans
200m libre	4:00.00	3:45.00	3:30.00
400m libre	8:00.00	7:40.00	7:20.00
100m QNI	2:15.00	2:00.00	1:50.00
200m QNI	4:30.00	4:10.00	3:50.00
400m QNI			

Garçons / boys

Compétitions→ Épreuves↓	Développement 9 ans et -	10 ans	11-12 ans
200m libre	4:00.00	3:45.00	3:30.00
400m libre	8:00.00	7:40.00	7:20.00
100m QNI	2:15.00	2:00.00	1:50.00
200m QNI	4:30.00	4:10.00	3:50.00
400m QNI			

Pour être considéré de calibre provincial développement, le nageur doit avoir atteint le standard de qualification au 200m ou 400m libre **AINSI** qu'au 100m ou 200m QNI.

In order to be considered as provincial development swimmer, the swimmer must achieve the time standard for the 200 or the 400 free **AND** for the 100m or the 200m IM.

LISTE DES ÉPREUVES – EVENT LIST

SAMEDI 15 DÉCEMBRE / SATURDAY DECEMBER 15, 2012

ÉCHAUFFEMENTS: 12:00 – 12:55 WARM UPS: 12:00 – 12:55
DÉBUT: 13:05 START: 13:05

#	ÉPREUVES / EVENTS
1	200 free
2	50 m dos / back
3	200 m brasse / breast
4	50 m libre / free
5	200 m QNI / IM
6	200 m relais QN filles 8- / medley relay girls 8- **
7	200 m relais QN garçons 8- / medley relay boys 8- **
8	200 m relais QN filles 9 / medley relay girls 9 **
9	200 m relais QN garçons 9 / medley relay boys 9 **
10	200 m relais QN filles 10 / medley relay girls 10 **
11	200 m relais QN garçons 10 / medley relay boys 10 **
12	200 m relais QN filles 11-12 / medley relay girls 11-12 **
13	200 m relais QN garçons 11-12 / medley relay boys 11-12 **

**** Les relais doivent être composés de 4 membres d'un même club sans égard au sexe. Les groupes d'âges doivent toutefois être respectés.**
**** Relay members must all swim for the same team but without differencing genders. However, age groups must be respected.**

DIMANCHE 16 DÉCEMBRE / SUNDAY DECEMBER 16, 2012

ÉCHAUFFEMENTS: 12:00 – 12:55 WARM UPS: 12:00 – 12:55
DÉBUT: 13:05 START: 13:05

#	ÉPREUVES / EVENTS
14	100 m QNI / IM
15	50 m brasse / breast
16	200 m dos / back
17	50 m papillon / fly
18	400 m libre / free *

*** Le nombre maximal d'inscriptions acceptées pour le 400 m libre est limité à 80 nageurs.**
*** Only the first 80 entries will be accepted for the 400m freestyle.**

APPENDIX F

Warm-up Procedures 2005

During the designated warm-up period, the meet management committee shall be responsible for ensuring that all Risk Management/Warm-up procedures are followed. It is incumbent on all participants, i.e. meet management, coaches, swimmers, and officials to comply with these procedures. Non-compliance with these procedures will result in a warning or removal of the swimmer from the warm-up pool, and possible further reporting to meet management and the Referee for action under rule SW 2.1.1.

Meet management shall designate Safety Marshals to actively monitor the warm-up period in the competition pool and ensure compliance with these procedures. Safety Marshals should be notified of any disabled swimmers who are participating in warm-ups. Additional "practice" pools, if any, are to be supervised by lifeguards and coaches.

"Safety Marshals shall be responsible to the Referee for all aspects of safety related to conduct during the warm-up period ….. and shall ensure that all appropriate warm-up procedures are followed." (CSW 2.13.1.5)

General Warm-Up Rules:

- Swimmers shall enter the water FEET FIRST in a cautious manner.
- No Running on the pool deck or Diving from the side of the pool.
- Meet Management shall provide signage to indicate designated lane use during warm-up.
- Notices/barriers shall be placed on starting blocks to prevent diving during the general warm-up.
- Diving Starts are only permitted in designated Sprint Lanes during the warm-up period.
- Lanes shall be open primarily for 'Circle Swimming' during the General warm-up period.
- Coaches and swimmers shall allow Backstrokers & SWAD the 'right of way' for safety purposes.
- Meet Management may designate a Sprint Lane(s) and/or a Pace Lane(s) throughout the general warm-up period.

Specific/Sprint Warm-Up Period:

- Sprint and Pace lanes must be opened for at least the last 30 minutes of warm-ups or as designated by meet management.
- Outside Lanes should be designated as Sprint Lanes.
- Only 'one-way' swimming shall be permitted in Sprint Lanes.
- Sprint Lanes, Pace Lanes, and Circle Swimming lanes shall be clearly marked with signage.
- The following statement shall appear in the meet information and in posted notices: "SNC WARM UP PROCEDURES WILL BE IN EFFECT AT THIS MEET".

Equipement:

- FLUTTER BOARDS and PULLBUOYS are allowed.
- HAND PADDLES and FLIPPERS (ZOOMERS) are NOT ALLOWED.

ANNEXE F

Procédures à suivre lors du réchauffement 2005 –

Au cours de la période réservée au réchauffement, le comité organisateur de la rencontre est responsable de s'assurer que toutes procédures relatives à la gestion des risques ainsi qu'au réchauffement sont respectées. Il est du devoir de chaque participants, c'est-à-dire l'organisation de la rencontre, les entraîneurs, nageurs et officiels, de se plier à ces procédures de sécurité. L'inobservation de ces instructions pourrait avoir comme résultat un avertissement donné à un nageur ou son retrait de la piscine de réchauffement. De plus, il y a une possibilité de rapporter au comité de direction de la rencontre ainsi qu'au juge-arbitre les actions du contrevenant en vue d'une action selon le règlement SW 2.1.1.

Le comité de direction de la rencontre est responsable de désigner un contrôleur de sécurité. Celui-ci est chargé de surveiller activement la période de réchauffement se déroulant dans la piscine de compétition ainsi que d'assurer le respect des règlements en vigueur pour cette période. Le contrôleur de sécurité devrait être averti de tout nageur ayant un handicap présent lors d'une période de réchauffement. Toute « piscine de réchauffement » additionnelle devra être supervisée par des sauveteurs qualifiés et des entraîneurs.

« Les contrôleurs de sécurité sont responsables auprès du juge-arbitre de tout aspect relatif à la sécurité se déroulant lors de la période de réchauffement. Il est de leur devoir de s'assurer que les procédures appropriées seront appliquées et suivies. » (CSW 2.13.1.5)

Règles générales pour les périodes de réchauffement:

- Les nageurs devront faire leur entrée à l'eau PIEDS PREMIERS, prudemment.
- Il est interdit de courir autour de la piscine ainsi que de plonger du bord de la piscine.
- Le comité directeur de la rencontre devra fournir une signalisation adéquate indiquant clairement les couloirs ouverts pendant la période de réchauffement.
- Des avis/barrières devront être placées sur les blocs de départ afin de prévenir les plongeons lors de la période de réchauffement général.
- Les plongeons de départ ne sont permis que dans les couloirs réservés au sprint lors de la période de réchauffement.
- Les couloirs seront ouverts principalement pour la nage en « circuit circulaire » lors de la période de réchauffement générale.
- Entraîneurs et nageurs devront donner priorité de passage aux nageurs de dos ainsi qu'aux nageurs ayant un handicap pour des raisons de sécurité.
- Le comité directeur de rencontre peut désigner un(des) couloir(s) de sprint et/ou de vitesse à travers la période de réchauffement.

Période de réchauffement spécifique/pour sprint:

- Les couloirs de vitesse/sprint doivent être ouverts pour les 30 dernières minutes de la période de réchauffement ou tel que mentionné par le comité directeur de la rencontre.
- Les couloirs extérieurs devraient être désignés comme couloirs de sprint.
- Seule la nage à « sens unique » sera tolérée dans les couloirs de sprint.
- Les couloirs de « circuit circulaire », sprint et de vitesse devront être indiqués par une signalisation adéquate.
- L'information suivante devra apparaître dans la trousse d'information de la rencontre et sur des avis affichés : « LES PROCÉDURES DE SNC APPLICABLES AUX PÉRIODES DE RÉCHAUFFEMENT SONT MISES EN APPLICATION AU COURS DE CETTE RENCONTRE. »

Équipement:

- PLANCHES et PULLBUOYS sont permis.
- PAGAIES À MAIN ainsi que PALMES ne sont PAS PERMISES.