

Coupe du Québec 1 - Junior et Senior

Centre sportif de Gatineau, les 3-4 novembre 2012

But : Regrouper les meilleurs nageurs d'âge Junior et Senior dans un circuit de compétitions.

Clientèle visée

- **Junior :** Filles 15-17 ans Garçons 16-18 ans
- **Senior :** Filles 18 ans et plus Garçons 19 ans et plus

IMPORTANT : Le groupe d'âge d'un nageur est déterminé par l'âge du nageur à la première journée de compétition.

Durée de la compétition : 2 jours

Durée de session : Maximum 5 heures (incluant 45 minutes d'échauffement)

Format : Finales contre la montre en bassin de 25m

Sanction : La compétition est sanctionnée par la Fédération de natation du Québec.

Règlements : Les règlements de Natation Canada, de la FNQ ainsi que le règlement de sécurité de natation en bassin de la Fédération de natation du Québec s'appliquent à tous les participants.

Admissibilité nageurs génériques

- Les nageurs compétitifs à la Fédération de natation du Québec sont admissibles. Les nageurs de l'extérieur du Québec doivent être de niveau compétitif auprès de leur propre fédération de natation.
- Les nageurs Junior et Senior doivent avoir réalisé au minimum deux temps de qualification dans des épreuves individuelles différentes.
- Les nageurs de 12 ans et plus qui ont réalisé au minimum un temps de qualification national senior dans une épreuve olympique peuvent participer à la Coupe du Québec Junior.
- Les temps de qualification doivent avoir été réalisés lors d'une compétition sanctionnée par la Fédération de natation du Québec (ou un organisme affilié à la FINA) entre le 1^{er} septembre 2011 et la date limite d'inscription.
- Des preuves de temps pourront être exigées par le comité organisateur.
- La participation de nageurs provenant de l'extérieur du Québec est à la discrétion du comité organisateur de la rencontre selon la capacité d'accueil et la durée estimée des sessions.

Admissibilité paranageurs

- Les nageurs compétitifs à la Fédération de natation du Québec sont admissibles. Les nageurs de l'extérieur du Québec doivent être de niveau compétitif auprès de leur propre fédération de natation.
- Être classifiés (désignation de classification minimale provinciale) pour pouvoir y participer.
- Être licenciés par Natation CIP.
- Avoir réalisé au moins un temps de qualification PARA Can-AM 2010-2012.
- Les paranageurs auront accès aux épreuves de 50m, 100m et 200m – à moins qu'ils aient atteints les temps de qualification de la Coupe du Québec dans les épreuves de 400m et 800/1500m.
- Les temps de qualification doivent avoir été réalisés lors d'une compétition sanctionnée par la Fédération de natation du Québec (ou un organisme affilié à la FINA) entre le 1^{er} septembre 2011 et la date limite d'inscription.
- Des preuves de temps pourront être exigées par le comité organisateur.

Nombre d'épreuves : Maximum de 6 épreuves par nageur (maximum de 3 épreuves par jour)

Nombre de standards réussis	Nombre d'épreuves permis
2 standards	4 épreuves
3 standards	5 épreuves
4 standards et plus	6 épreuves

Frais de participation : Voir les *Frais d'inscription aux compétitions 2012-2013* dans le guide technique.

Date limite d'inscription : 24 octobre 2012

Déroulement de la compétition

- Toutes les épreuves se nageront senior du plus lent au plus rapide à l'exception des 800/1500m libre qui se nageront du plus rapide au plus lent.
- Toutes les épreuves se nageront finales contre la montre.

400m QNI et libre

- Les épreuves de 400m QNI et 400m libre seront limitées à 48 inscriptions de chaque sexe tout âge confondu et sélectionnées selon les temps les plus rapides.
- Tous les temps doivent être prouvés ou NT.
- Les nageurs qui seraient exclus de cette épreuve pourront choisir une autre épreuve.

800/1500m libre

- Les épreuves de 800m et 1500m libre seront limitées à 32 inscriptions par épreuve tout âge confondu et sélectionnées selon les temps les plus rapides.
- Tous les temps doivent être prouvés ou NT.
- Les nageurs qui seraient exclus de cette épreuve pourront choisir une autre épreuve.
- Les 800m libre féminin et 1500m libre masculin se nageront 1 par couloir.
- Si nagé dans un même bassin, les départs de 800m et 1500m libre seront nagés en alternance.

Récompenses

- Les trois premiers de chaque épreuve individuelle Senior recevront une médaille (bronze- argent-or).
- Les trois premiers de chaque épreuve individuelle Junior recevront une médaille (bronze-argent-or).

AUTRES RENSEIGNEMENTS SUR L'ORGANISATION DE LA COMPÉTITION

Classement des nageurs selon les temps soumis en 25m ou en 50m

Selon le règlement SNC 2.2.7 : *Les règlements concernant la conversion des temps d'inscription en bassin long et en bassin court seront indiqués dans la tousse de renseignements de la rencontre.*

ENTRAÎNEURS : IL NE FAUT PAS CONVERTIR LES TEMPS

Pour cette compétition en 25m, les nageurs avec des temps en 25m seront classés avec les temps soumis. Les temps réalisés en 50m doivent être soumis sans conversion. Le programme de gestion de compétition fera la conversion de 2% et les temps seront intercalés avec les temps en 25m.

Preuves de temps

Un nageur pris en défaut d'être inscrit dans une épreuve avec un temps non prouvé par les validations de temps (Swimrankings – site Natation Canada) à l'intérieur de la période de qualification, verra son temps inscrit « NT » par le comité organisateur et une pénalité de 10\$ par temps non prouvé sera facturé au club fautif par le comité organisateur.

Vérification des critères d'admissibilité

Dans les 10 jours suivant la compétition, une vérification des résultats de la compétition pourra être effectuée par la Fédération de natation du Québec et des amendes de 75\$/nageur fautif (voir le guide technique) seront facturées aux clubs qui auront inscrits des nageurs qui ne respectaient pas les temps de qualification minimum pour participer à la compétition.

Essai de temps : Aucun essai de temps n'est autorisé par la Fédération de natation du Québec.

Tableau des épreuves

Samedi				Dimanche					
Échauffement: 14 h				Échauffement: 14 h					
Début: 15 h				Début: 15 h					
<u>F</u>		<u>Épreuves</u>	<u>M</u>	<u>F</u>		<u>Épreuves</u>	<u>M</u>		
1	(15+)	100m libre	(16+)	2	13	(15+)	200m Libre	(16+)	14
3	(15+)	400m 4 nages*	(16+)	4	15	(15+)	100m Brasse	(16+)	16
5	(15+)	200m Dos	(16+)	6	17	(15+)	200m Papillon	(16+)	18
7	(15+)	100m Papillon	(16+)	8	19	(15+)	50m Libre	(16+)	20
9	(15+)	200m Brasse	(16+)	10	21	(15+)	100m Dos	(16+)	22
11	(15+)	800m Libre**			23	(15+)	200m 4 nages	(16+)	24
		1500m Libre**	(16+)	12	25	(15+)	400m Libre*	(16+)	26

* Six vagues maximum par épreuve.

**Quatre vagues maximum par distance.

Temps de qualification

COUPES DU QUÉBEC JUNIOR

Âge	FILLES		GARÇONS	
Filles (15 ans, 16 ans, 17 ans) Garçons (16 ans, 17 ans, 18 ans)	25m	50m	25m	50m
50 libre	28.85	29.43	25.75	26.27
100 libre	1:02.30	1:03.55	56.39	57.52
200 libre	2:15.57	2:18.28	2:03.07	2:05.53
400 libre	4:46.13	4:51.85	4:22.71	4:27.96
800 libre	9:55.10	10:07.00	9:20.50	9:32.00
1500 libre	19:30.00	19:45.00	17:55.13	18:16.63
50 dos	33.00	33.66	30.00	30.60
100 dos	1:10.88	1:12.30	1:04.63	1:05.92
200 dos	2:32.83	2:35.89	2:20.56	2:23.37
50 brasse	37.64	38.39	33.44	34.11
100 brasse	1:21.37	1:23.00	1:13.66	1:15.13
200 brasse	2:54.72	2:58.21	2:40.89	2:44.11
50 papillon	31.68	32.31	28.80	29.38
100 papillon	1:10.10	1:11.50	1:03.27	1:04.53
200 papillon	2:38.40	2:41.57	2:23.13	2:25.99
200 QNI	2:33.89	2:37.00	2:19.98	2:22.78
400 QNI	5:27.88	5:34.44	5:02.10	5:08.14

Pour être considéré de niveau « Coupe du Québec Junior » il faut avoir réalisé **deux** temps de qualification dans deux épreuves différentes. Les nageurs de 12 ans et plus qui ont réalisé au minimum un temps de qualification national senior dans une épreuve olympique pourront participer aux Coupes du Québec Junior.

COUPES DU QUÉBEC SENIOR

Âge	FILLES		GARÇONS	
Filles (18 ans et plus) Garçons (19 ans et plus)	25m	50m	25m	50m
50 libre	28.85	29.43	25.75	26.27
100 libre	1:02.30	1:03.55	56.39	57.52
200 libre	2:15.57	2:18.28	2:03.07	2:05.53
400 libre	4:46.13	4:51.85	4:22.71	4:27.96
800 libre	9:55.10	10:07.00	9:20.50	9:32.00
1500 libre	19:30.00	19:45.00	17:55.13	18:16.63
50 dos	33.00	33.66	30.00	30.60
100 dos	1:10.88	1:12.30	1:04.63	1:05.92
200 dos	2:32.83	2:35.89	2:20.56	2:23.37
50 brasse	37.64	38.39	33.44	34.11
100 brasse	1:21.37	1:23.00	1:13.66	1:15.13
200 brasse	2:54.72	2:58.21	2:40.89	2:44.11
50 papillon	31.68	32.31	28.80	29.38
100 papillon	1:10.10	1:11.50	1:03.27	1:04.53
200 papillon	2:38.40	2:41.57	2:23.13	2:25.99
200 QNI	2:33.89	2:37.00	2:19.98	2:22.78
400 QNI	5:27.88	5:34.44	5:02.10	5:08.14

Pour être considéré de niveau « Coupe du Québec Senior » il faut avoir réalisé **deux** temps de qualification dans deux épreuves différentes.

IMPORTANT : Le groupe d'âge du nageur est déterminé par l'âge du nageur à la première journée de compétition.

Comité organisateur

Directeurs de rencontre

Jocelyne Mc Lean
Téléphone : 819-243-7929
Courriel : jocelyne.mclean@videotron.qc.ca

Réal Levasseur
Téléphone : 819-827-5433
Courriel : real.levasseur@sympatico.ca

Lieu de compétition

Piscine du Centre sportif de Gatineau
850, boul. de la Gappe
Gatineau (Québec) J8T 0B4

Installations

2 bassins de 25m, 8 couloirs
Système de chronométrage Daktronic
avec 16 plaques de touche et 2 panneaux d'affichage
Bassin de dénageement disponible

Réunion des entraîneurs

Samedi le 3 novembre 2012 à 14h30

Inscriptions

Le fichier des épreuves est disponible sur le site
<https://www.swimming.ca/Listedescompetitions.aspx>
Toutes les inscriptions de clubs devront être déposées sur ce même site
dans la colonne « Déposer entrées » avant la date limite d'inscription.

La date limite des inscriptions est le 24 octobre 2012.

La procédure d'inscription se trouve à l'adresse :
www.fnq.qc.ca/index.asp?id=512.

Le paiement devra être remis avant le début de la compétition
au commis de course ou par la poste :

Club de natation de Gatineau
a/s Lyne Laprade
437, de Cannes
Gatineau (Québec) J8T 6B6

Veillez faire le chèque à l'ordre de :
Club de natation de Gatineau

Responsable des officiels

Pierre Beaulieu
Téléphone : 819-770-9007
Courriel : officiels@natationgatineau.ca