

Invitation du printemps CNQ 2019

Invitation Provinciale

3, 4 & 5 mai 2019

Piscine

Piscine du Centre Sportif de St-Augustin
230 Route de Fossambault,
Saint-Augustin-de-Desmaures,
QC G3A 0R3
Téléphone : [\(418\) 878-8552](tel:(418) 878-8552)

Hôte

Club de natation Région de Québec - CNQ.

Directeur de rencontre

Judith-Elise Marcoux
Téléphone. : (418) 929-1990
Courriel : competition.cnq@gmail.com

Installation

Bassin de 8 couloirs, 25 mètres
Câbles anti-vagues;
Vestiaires
Mezzanine pour spectateurs.

Système de chronométrage

Système, Darktronique avec plaques de touches et tableau d'affichage 8 lignes.

Sanction

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

Meet location

Piscine du Centre Sportif de St-Augustin
230 Route de Fossambault,
Saint-Augustin-de-Desmaures,
QC G3A 0R3
Phone : [\(418\) 878-8552](tel:(418) 878-8552)

Host

Club de natation Région de Québec - CNQ

Meet manager

Judith-Elise Marcoux
Phone: (418) 929-1990
E-mail: competition.cnq@gmail.com

Facilities

An eight six-lane, 25-meter pool, equipped with anti-turbulence lane ropes.
Locker rooms
Seating capacity for spectators.

Timing System

The timing system is Darktronique with touch pads and 8-lines display board.

Sanction

This Meet is sanctioned by the *Quebec Swimming Federation*

Règlements

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

Les départs se feront à partir des blocs de départ selon FINA FR 2.3 et SW 4.1

Règlements de sécurité

Les nageurs et les entraîneurs devront respecter les règlements de sécurité de la *Fédération de natation du Québec*.

Restrictions

Les nageurs pourront participer à un maximum de neuf (9) épreuves individuelles, dont seulement deux 50m et à un maximum de trois (3) par jours.

NOTE :

Les épreuves de 400m, 800m et 1500m libre, seront limités à un nombre de nageurs permettant une session d'une longueur acceptable. Les 4 nageurs les plus rapide de chaque catégorie sont assurés de nager.

Les nageurs qui se verront refuser une place dans ces épreuves pourront choisir une autre épreuve.

Catégories

11-12 ans
13-14 ans
15-16 ans
17 ans et +

Éligibilité

Un nageur doit être affilié à une Section Provinciale.

Inscriptions

Les inscriptions doivent être faites par le site des inscriptions de SNC

<https://www.swimming.ca/ListeDesCompetitions.aspx>

La date limite d'inscription est le **22 avril 2019**.

Rules

Meet performed according to the *Swimming/Natation Canada* and *Quebec Swimming Federation* rules.

Starts will be done from starting blocks according to FINA FR 2.3 and SW 4.1

Security rules

The swimmers and coaches will abide by the security rules of the *Quebec Swimming Federation*.

Restrictions

Swimmers may take part in a maximum of nine (9) individual events, from which only 2 50m and a maximum of three (3) events a day.

NOTE:

The 400m, 800m and 1500m freestyle will be limited to a maximum number of swimmers for a session in an acceptable time period. The first four swimmers of each category will be assured to swim.

Any swimmer who ends up being refused for this event will be allowed to chose another event.

Category

11-12 y.o
13-14 y.o
15-16 y.o
17 y.o. and+

Eligibility

A swimmer must be affiliated with a Provincial Federation.

Entries

All entries must be made using SNC internet meet registration

<https://www.swimming.ca/MeetList.aspx>

Entries must be received at the latest on **April 22, 2019**.

Soucieuse d'offrir une rencontre de qualité, l'organisation limitera les sessions à une durée maximale de 5 heures, soit environ 275 nageurs inscrits.

Les clubs et les athlètes refusés seront avisés et remboursés.

Frais d'inscriptions

Épreuves individuelles 10.00\$

Les frais d'inscription ne sont pas remboursables

Frais fixes FNQ

5.75\$ (5\$ + tx) par nageurs. Ces frais seront perçus par le club CNQ et remis à la *Fédération de Natation du Québec (FNQ)*.

Inscriptions tardives

Des inscriptions pourront être acceptées pendant le temps alloué pour les forfaits lors de la compétition. Ceci se fera afin de compléter la première série de chacune des épreuves de la rencontre. Le paiement devra accompagner ces ajouts qui devront être remis au commis de course pendant la période des forfaits.

Épreuves

La compétition comprendra 5 sessions.

Vendredi

Une session par jour. Toutes les épreuves seront nagées finales par le temps.

Samedi et Dimanche

Deux sessions : préliminaires (AM) et finales (PM) ***sauf pour les 11-12 ans qui nageront finales par le temps en AM.***

Toutes les épreuves au programme auxquelles seront inscrits plus de huit (8) participants feront l'objet des préliminaires et de finales.

Toutes les vagues de préliminaires qui ne sont pas des finales par le temps seront montées pyramidales. Toutes les épreuves seront nagées du plus rapide au plus lent.

In order to hold a quality meet, the organisation we will limit the heats to 5 hours (approx. 275 swimmers)

Unaccepted clubs and swimmers will be notified and refunded.

Entry fees

Individuals events: 10.00\$

Entry fees are not refundable.

FNQ Meet fees

5.75\$ (5\$ + tx) by swimmers. Those fees will be returned to the *Quebec swimming Federation (FNQ)*.

Late Entries

During the Meet, late entries may be accepted in order to complete the first heat of each event. These late entries must be made during the time period allowed for scratches and given to the clerk of course along with the required payment.

Events

This meet will have 5 sessions.

Friday

One session each day. All events will be swum as timed finals.

Saturday and Sunday

Two sessions, preliminaries (AM) and finals (PM) ***except for the 11-12 y.o. who will be swimming as timed finals in the AM.*** All program events with more than eight (8) participants will have preliminaries and finals.

Lanes for events not swum as timed finals will be attributed in a pyramid fashion. All events will be swum from the quickest to the slowest.

800 et 1500 libre

Ces épreuves seront offertes aux femmes et aux hommes. En fonction du nombre d'inscriptions, et par soucis de temps, ces épreuves pourraient se nager partiellement ou entièrement mixtes.

Forfaits

Les forfaits pour la session des **préliminaires** devront être déclarés au commis de course pendant la période d'échauffement, au plus tard 30 minutes avant le premier départ.

Officiels

Les officiels des clubs visiteurs sont les bienvenues. SVP veuillez utiliser le lien suivant : <https://goo.gl/forms/uzbZtWkjXjassqrR2>
Pour toute information additionnelle, veuillez contacter M. Jonathan Banville : ROC@cnq.club

Échauffement

Afin d'assurer le respect des règlements de sécurité, des modalités de partage du temps d'échauffement, deux (2) périodes de vingt (20) minutes, seront communiquées aux entraîneurs et accompagnateurs par le comité organisateur au moment de l'accueil.

Réunion des entraîneurs

Il y aura une rencontre des entraîneurs au bureau des sauveteurs, 10 minutes avant chaque session préliminaire au besoin.

800 and 1500 freestyle

These events will be opened to women and men. Depending on the number registrations, and due to time constraints, these events could be partially or entirely swam mixed.

Scratches

Scratches for the **preliminaries** should be made to the clerk of course during the warm-up and at least thirty (30) minutes before the first heat.

Officials

Officials from visiting teams will be appreciated. Please use the following link: <https://goo.gl/forms/uzbZtWkjXjassqrR2>
For any additional information, please contact M. Jonathan Banville : ROC@cnq.club

Warm-up

In order to comply with security regulations, warm-up period will be split into two (2) periods of twenty (20) minutes. A warm-up schedule will be provided at the start of the meet.

Coach's meeting

A coach's meeting will be held at the lifeguard office 10 minutes before all preliminaries if needed.

Invitation du printemps CNQ 2019

Invitation Provinciale

PROGRAMME / PROGRAM

3 mai 2019

VENDREDI (Finales par le temps) / FRIDAY (Timed final)		
Échauffement : 17h00 / Début : 17h45		Warm-Up: 17h00 / Start: 17h45
# Femmes / Women		# Hommes / Men
1	400 libre / freestyle	2
3	400 QNI / IM	4
5	800 libre / freestyle	6
7	1500 libre / freestyle	8

Invitation du printemps CNQ 2019

4 MAI 2019

SAMEDI AM - PRÉLIMINAIRES / SATURDAY AM PRELIMINARIES		
Échauffement : 7h15 / Début : 8h00		Warm-Up: 7h15 / Start: 8h00
# Femmes / Women		# Hommes / Men
109	50 brasse / breaststroke (finales par le temps)	110
9	50 brasse / breaststroke (préliminaires)	10
111	100 papillon / fly (finales par le temps)	112
11	100 papillon / fly (préliminaires)	12
113	200 dos / backstroke (finales par le temps)	114
13	200 dos / backstroke (préliminaires)	14
115	50 papillon / fly (finales par le temps)	116
15	50 papillon / fly (préliminaires)	16
117	100 brasse / breaststroke (finales par le temps)	118
17	100 brasse / breaststroke (préliminaires)	18
119	200 libre / freestyle (finales par le temps)	120
19	200 libre / freestyle (préliminaires)	20
121	100 QNI / IM (finales par le temps)	122
21	100 QNI / IM (préliminaires)	22

SAMEDI PM - FINALES / SATURDAY PM FINALS		
Échauffement : 17h30 / Début : 18h00		Warm-Up: 17h30 / Start: 18h00
# Femmes / Women		# Hommes / Men
9	50 brasse / breaststroke	10
11	100 papillon / fly	12
13	200 dos / backstroke	14
15	50 papillon / fly	16
17	100 brasse / breaststroke	18
19	200 libre / freestyle	20
21	100 QNI / IM	22

Invitation du printemps CNQ 2019

5 MAI 2019

DIMANCHE / SUNDAY		
Échauffement : 7h15 / Début : 8h00		Warm-Up: 7h15 / Start: 8h00
# Femmes / Women		# Hommes / Men
123	200 QNI/IM (Finales par le temps)	124
23	200 QNI/IM (préliminaires)	24
125	100 libre / freestyle (Finales par le temps)	126
25	100 libre / freestyle (préliminaires)	26
127	50 dos / backstroke (Finales par le temps)	128
27	50 dos / backstroke (préliminaires)	28
129	200 brasse / breaststroke (Finales par le temps)	130
29	200 brasse / breaststroke (préliminaires)	30
131	50 libre / freestyle (Finales par le temps)	132
31	50 libre / freestyle (préliminaires)	32
133	200 papillon / fly (Finales par le temps)	134
33	200 papillon / fly (préliminaires)	34
135	100 dos / backstroke (Finales par le temps)	136
35	100 dos / backstroke (préliminaires)	36

DIMANCHE PM - FINALES / SUNDAY PM FINALS		
Échauffement : 16h30 / Début : 17h00		Warm-Up: 16h30 / Start: 17h00
# Femmes / Women		# Hommes / Men
23	200 QNI/IM	24
25	100 libre / freestyle	26
27	50 dos / backstroke	28
29	200 brasse / breaststroke	30
31	50 libre / freestyle	32
33	200 papillon / fly	34
35	100 dos / backstroke	36