



COUPE DU QUÉBEC DES MAÎTRES-NAGEURS –MANCHE 2  
8 DÉCEMBRE 2018  
PISCINE SYLVIE-BERNIER

Le club *Natation Sainte-Foy Haute-Saint-Charles* vous  
convie à la Coupe du Québec maîtres-nageurs- manche 2

PISCINE SYLVIE-BERNIER

3020, boulevard Hochelaga, Québec (Québec) G1V 3Y4

**Directeur de la rencontre / responsable des inscriptions / responsable des officiels**

Paul Bourassa Tel : 581-309-9755

Courriel : [officiels@natation-nsh.com](mailto:officiels@natation-nsh.com)

**Horaire de la rencontre**

Samedi 8 décembre 2018

- ❖ *Période d'échauffement : 8 :00 à 9 :00*
- ❖ *Réunion des entraîneurs : 8: 45*
- ❖ *Début de la compétition : 9 :10*

**Admissibilité et affiliation**

Tous les nageurs doivent être affiliés à la Fédération de Natation du Québec ou une fédération équivalente.

Tous les nageurs affiliés à une autre fédération (nageurs de l'extérieur du Québec) doivent s'assurer d'être couverts par une assurance accident de leur fédération respective ou par une assurance privée.

**Âge des nageurs**

La catégorie dans laquelle participera un nageur sera déterminée par son âge au 31 décembre 2018. L'âge minimum requis est 18 ans au

8 décembre 2018. Le groupe d'âge d'une équipe de relais est déterminé en cumulant les âges au 31 décembre 2018 en années entières des 4 membres de l'équipe.



COUPE DU QUÉBEC DES MAÎTRES-NAGEURS –MANCHE 2  
8 DÉCEMBRE 2018  
PISCINE SYLVIE-BERNIER

## Catégories

Épreuves individuelles :

18-24	40-44	60-64	80-84
25-29	45-49	65-69	85-89
30-34	50-54	70-74	90-94
35-39	55-59	75-79	95 et +

Épreuves de relais :

72-99	120-159	200-239	280-319
100-119	160-199	240-279	320-359

## Déroulement de la compétition

L'attribution des couloirs pourra se faire en combinant les deux sexes et les catégories d'âges nagés du plus lent au plus rapide. Les résultats seront produits en tenant compte du sexe et de l'âge des participants. Pour les épreuves de 800 m et de 1 500 m, celles-ci pourront se nager à deux par couloir.

Les membres de chaque équipe de relais doivent être affiliés au même club.

Les nageurs non réunis au sein d'un même club ne peuvent concourir à moins d'une permission spéciale du directeur de rencontre. L'équipe participera alors sous **HORS-CONCOURS** et aucun temps des nageurs ne sera reconnu. Les équipes de relais peuvent être masculines, féminines ou mixtes.

## Installations

Bassin de 25 mètres de 8 couloirs, câble anti-vagues, système de chronométrage ARES avec plaques de touche et tableau d'affichage 8 positions, vestiaires et gradins pouvant accueillir 350 spectateurs.

## Sanction

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



COUPE DU QUÉBEC DES MAÎTRES-NAGEURS –MANCHE 2  
8 DÉCEMBRE 2018  
PISCINE SYLVIE-BERNIER

### Règlements

Les règlements de Natation Canada et de la Fédération de natation du Québec s'appliqueront lors de cette rencontre. Pour l'échauffement, les directives suivantes de Maîtres nageurs Canada seront appliquées :

<https://www.mastersswimmingcanada.ca/WP/wp-content/uploads/2017/11/MS-C-Warm-up-2017-18.pdf>

### Pointage

Épreuves individuelles : 7 – 5 – 4 – 3 – 2 – 1 (pour les épreuves du circuit Coupe du Québec)

### Inscriptions

Le nombre de participants sera limité à 250 nageurs ou moins si l'évaluation de temps de la rencontre effectuée par SPLASH démontre que le temps maximum de 4 heures par session est dépassé. Le comité organisateur se réserve le droit d'accepter uniquement un certain nombre de séries par épreuve. Les clubs qui verront leurs nageurs refusés seront avisés et remboursés. Toujours selon l'évaluation de temps, les relais pourront être annulés ou limités à 1 ou 2 par clubs.

### Frais d'inscription

8.00\$ par épreuve individuelle

9,50 \$ par épreuve de relais

**N.B. les frais d'inscriptions ne sont pas remboursables saufs pour les nageurs refusés**

Les chèques doivent être faits à l'ordre du club de Natation Sainte-Foy-Haute-Saint-Charles. Le club accepte également le **paiement en ligne** sur envoi de facture électronique. Cette méthode de paiement vous sera proposée par le responsables des inscriptions.



COUPE DU QUÉBEC DES MAÎTRES-NAGEURS –MANCHE 2  
8 DÉCEMBRE 2018  
PISCINE SYLVIE-BERNIER

### **Date limite d'inscription**

Toutes les inscriptions devront obligatoirement être effectuées à l'aide du logiciel SPLASH TEAM MANAGER et déposées via le site web Natation Canada, au plus tard le **lundi 26 novembre 2018** à 23h59.

### **Aucune réservation: Premiers arrivés, premiers servis.**

Des confirmations des inscriptions vous seront transmises au plus tard le 30 novembre. Vous aurez 24h pour apporter les dernières modifications et celles-ci ne pourront être modifiées au-delà du samedi 1<sup>er</sup> décembre. Le lundi 3 décembre la liste du pré-classement (psych sheets) et le bulletin technique seront disponibles sur le site web de la FNQ et du NSH, et seront envoyés aux entraîneurs par courriel.

### **Inscriptions tardives**

Aucune inscription tardive ne pourra être acceptée, en conformité avec les règlements pour les manches de la Coupe du Québec.

### **Forfaits**

Par courtoisie, nous demandons aux entraîneurs qui ont des forfaits de bien vouloir aviser le secrétariat 30 minutes avant le début des sessions.

### **Restriction**

Chaque nageur peut s'inscrire à un maximum de **5 épreuves individuelles** pour la rencontre.

### **Résultats**

Les résultats seront publiés sur le site de Natation Canada, sur le site du club ([www.natation-nsh.com](http://www.natation-nsh.com)) et sur SplashMe.



COUPE DU QUÉBEC DES MAÎTRES-NAGEURS -MANCHE 2  
8 DÉCEMBRE 2018  
PISCINE SYLVIE-BERNIER

Échauffement : 8h00

Début : 9h10

<i>Femmes</i>	<i>Épreuves</i>	<i>Hommes</i>
1	400m libre	2
3	Relais 4 x 100m 4 nages mixte	
5	50m papillon	6
7	200m brasse *	8
9	100m dos	10
11	100m 4 nages	12
13	50m libre *	14
15	100m brasse	16
17	200m papillon	18
19	400m QNI *	20
21	Relais 4 x 50 4 nages mixte	
<b>Pause de 15 minutes</b>		
<b>Pause de 15 minutes</b>	200m libre *	24
25	50m brasse	26
27	50m dos	28
29	Relais 4 x 50m libre mixte	
31	200m QNI	32



COUPE DU QUÉBEC DES MAÎTRES-NAGEURS -MANCHE 2  
8 DÉCEMBRE 2018  
PISCINE SYLVIE-BERNIER

33	100m libre *	34
Pause dîner		
35	200m dos	36
37	100m papillon	38
39	800m libre	40
41	1500m libre	42

\* Épreuves « Coupe du Québec, manche 2 »

N.B. Le comité organisateur se réserve le droit de modifier le programme si la bonne marche de la compétition le demande.