



FÉDÉRATION  
DE NATATION  
DU QUÉBEC



**Le club de natation Les Requins de Drummondville présente  
la Manche 3 du Circuit Coupe du Québec des maîtres-nageurs**

**Aquacomplexe de Drummondville**  
Samedi 11 janvier 2020

**RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX**

***Piscine***

Aquacomplexe de Drummondville  
1380, Montplaisir, Drummondville  
Tél. : 819 477-1063

***Nourriture*** : Quelques restaurants sont situés à proximité.

***Comité de direction***

Estelle Gervais, directeur de rencontre  
819 816-5834 officiel@requins.com

Francois Rivard, responsable des inscriptions  
marilema@cgocable.ca

France Beaudoin, responsable des officiels  
officiel@requins.com  
Site Internet  
www.requins.com

**HORAIRE**

Samedi 11 janvier 2020  
Piscine de L'Aquacomplexe de Drummondville

15h 30 : Accueil et remise de la trousse de participation

16h00 à 16h 30 : Échauffement

**Le club de natation Les Requins de Drummondville present  
la Manche 3 du Circuit Coupe du Québec des maîtres nageurs**

**Aquacomplexe de Drummondville**  
Saturday, January 11st 2020

**GENERAL INFORMATION**

***Swimming pool***

Aquacomplexe de Drummondville  
1380, Montplaisir, Drummondville  
Tél. : 819 477-1063

***Food***: Many restaurants are close by.

***Steering Committee***

Estelle Gervais, directeur de rencontre  
819 816-5834 officiel@requins.com

Francois Rivard, Registrar  
marilema@cgocable.ca

France Beaudoin, Officials Manager  
officiel@requins.com  
Website  
www.requins.com

**SCHEDULE**

Saturday, January 11st , 2020  
Pool of the Aquacomplexe in Drummondville

3:30 pm Welcome and distribution of participants' kits

4:00 pm to 4:30 pm Warm-up

4:00 pm Officials' meeting

16 h 00 : Réunion des officiels  
 16 h 35 : Réunion technique pour les entraîneurs ou représentants des équipes près de la table du commis de course

16 h 45 : Début des épreuves

Femmes	Épreuves	Hommes
1	200 m Libre	2
3	50 m Dos	4
5	100 m Brasse	6
7	200 m Papillon	8
9	100 m QNI	10
11	50 m Libre	12
13	100 m Dos	14
15	50 m Papillon	16
17	200 m QNI	18
19	100 m Libre	20
21	50 m Brasse	22
23	100 m Papillon	24
25	400 m Libre	26

\*Une confirmation de présence est exigée pour le 400 m libre, à la table de commis de course avant la fin de l'épreuve 6.

\*Les séries de 400 m Libre seront nagées en alternance Femmes - Hommes.

\*Les épreuves 400 m libre pourront être nagées à deux (2) nageurs par couloir, à la discrétion du directeur de rencontre.

4:35 pm Technical meeting for coaches or teams near the Head Officials' table.

4:45 pm Start of events

Women	Events	Men
1	200 m Freestyle	2
3	50 m Back	4
5	100 m Breast stroke	6
7	200 m Fly	8
9	100 m IM	10
11	50 m Freestyle	12
13	100 Back	14
15	50 m Fly	16
17	200 m IM	18
19	100 m Freestyle	20
21	50 m Breast stroke	22
23	100 m Fly	24
25	400 m Freestyle	26

\* 400 m free swimmers must check-in with the Race Clerk before the end of event 6.

\*The heats of 400 m Free style will be swim in alternately Women – Men.

\*The 400 m Free style may be seeded to be swum two (2) per lane at the discretion of the Meet Manager.

## QUESTIONS TECHNIQUES

### **Installations**

La compétition se déroulera dans un bassin de 25 m comportant 10 couloirs munis d'un système de chronométrage électronique avec plaques de touche et tableau numérique. Le logiciel Splash Meet Manager sera utilisé pour la gestion de la rencontre. Le bassin de 10 mètres sera accessible en tout temps durant la compétition comme bassin d'échauffement et de récupération.

### **Sanction et règlements**

La compétition est sanctionnée par la Fédération de natation du Québec (#32069).

La compétition est sanctionnée par la Fédération de natation du Québec. Le règlement des maîtres-nageurs de la Fédération Internationale de Natation (FINA) (<https://www.fina.org/content/fina-rules-regulations>), le règlement de sécurité en bassin de la FNQ (<https://www.fnq.qc.ca/disciplines/disciplines-reglements/>) ainsi que la procédure de sécurité pour les échauffements en compétition de natation de Natation Canada (<https://www.swimming.ca/fr/ressources/officiels/reglements-et-formulaires/procedures-de-securite-pour-lechauffement-en-competition/>) seront en vigueur.

Le port du bonnet de bain est obligatoire.

Les épreuves individuelles seront nagées senior en finales contre la montre, du plus lent au plus rapide. L'attribution des couloirs sera établie selon les temps d'inscription soumis.

### **Admissibilité**

Tous les nageurs doivent être affiliés à la Fédération de natation du Québec ou à une fédération membre de la FINA et doivent être âgés de 18 ans ou plus en date du 11 janvier 2020.

Le nageur de catégorie « maîtres-nageurs non compétitifs » a le droit de participer à une (1) compétition en piscine régionale ou provinciale

## TECHNICAL INFORMATION

### **Facilities**

The competition will take place in one 25m, 10-lane pool with an electronic timing system, complete with touch pads and alphanumeric scoreboards. Splash Meet Manager software will be used to manage the meet. The 10-meter pool will serve as a warm-up and cool-down pool during the whole duration of the meet.

### **Sanction and Regulations**

The competition will be sanctioned by the Fédération de natation du Québec (#32069). The competition is sanctioned by the Quebec Swimming Federation. The regulations of the International Swimming Federation (FINA) host masters (<https://www.fina.org/content/fina-rules-regulations>), the FNQ Basin Safety Regulation (<https://www.fnq.qc.ca/disciplines/disciplines-regulations/>) of Swimming Canada -forms / safety-procedures-for-heat-in-competition /) will be in effect.

Bathing caps required.

Individual races will be swum as timed finals, from slowest to fastest in accordance of the inscription time submitted.

### **Eligibility**

All swimmers must be affiliated with the FNQ or with a swimming federation recognized by FINA and be at least 18 years of age by January 11th, 2020.

The non-competitive swimmer affiliated can participate to one (1) meet in pool designed regional or provincial (without considering Master swimming championship) for the season considering politics and rules of FNQ. Swimmers who are not affiliated with the FNQ (ex:swimmers from outside the province of Quebec) must be covered by their federation's accident insurance or a private insurance

(excluant le Championnat provincial des maîtres-nageurs) par saison selon les politiques et les règles établies par la FNQ.

Tous les nageurs affiliés à une autre fédération que la FNQ (nageurs de l'extérieur du Québec) doivent s'assurer d'être couverts par l'assurance accident de leur fédération ou par une assurance privée, auquel cas ils devront présenter un certificat attestant cette couverture au moment de l'inscription.

### **Catégories d'âge**

La catégorie d'âge de l'athlète est déterminée d'après son âge au 31 décembre 2020. Les groupes d'âge pour les épreuves individuelles sont constitués par tranches de 5 ans après la première tranche, qui va de 18 à 24 ans.

#### **Épreuves individuelles :**

18-24 ans, 25-29, 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, etc.

### **Échauffement**

La journée de compétition comportera une à deux périodes d'échauffement selon le cas. Un horaire sera imposé aux équipes participantes pendant les périodes officielles d'échauffement si l'affluence l'exige. Le règlement sur la sécurité en bassin de natation de la FNQ ainsi que les procédures d'échauffement MNC seront en vigueur durant la compétition. Aucun saut ou plongeon ne sera permis pendant l'échauffement, sauf dans les couloirs désignés à cette fin. Les nageurs doivent entrer dans l'eau doucement, en ayant toujours une main sur le pont de la piscine ou le trop-plein.

Le pointage cumulatif des équipes pour la Manche 3 du Circuit Coupe du Québec des maîtres-nageurs, qui comprend uniquement le pointage des épreuves individuelles, sera transmis à la Fédération de natation du Québec (FNQ). Les résultats finaux pour l'ensemble du Circuit seront dévoilés lors du Gala des Maîtres-nageurs du Québec.

policy. In the latter case, they will have to show a certificate of proof at registration.

### **Age Groups**

Age categories will be determined by the age swimmers will be on December 31st, 2020.

Age groups for individual events will cover 5-year periods with the exception of the youngest group, which ranges from 18 to 24.

#### **Individual events:**

18-24, 25-29, 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, etc.

### **Warm-up**

One or two warm-up periods have been planned on the day of the meet. If necessary, a schedule for the official warm-up periods will be established for participating teams. FNQ regulations and SNC masters warm-up procedures will be in effect during the competition. No jumping or diving will be allowed during the warm-up, except in designated lanes. Swimmers must enter the pool gently with one hand on the pool edge or bulkhead at all times.

The cumulative score for teams for the third stage of the Circuit Coupe du Québec des maîtres-nageurs which includes only the scoring for Individual Events will be forwarded to the Fédération de natation du Québec (FNQ). Final results for the whole Circuit will be announced at the Gala des Maîtres-nageurs du Québec.

### **Scoring**

#### **Individual Events**

1st place: 7 points; 2nd: 5 pts; 3rd: 4 pts; 4th: 3 pts; 5th: 2 pts; 6th: 1 pts.

### **Results**

Results will be posted on the Requins website as well as on the Swimming Canada results site

### **Pointage**

#### **Épreuves individuelles**

1re place : 7 points; 2e : 5 pts; 3e : 4 pts; 4e : 3 pts;  
5e : 2 pts; 6e : 1 pts.

### **Résultats**

Les résultats des épreuves seront affichés sur le site Internet des Requins ainsi que sur le site de résultats canadiens de Natation Canada

(<http://www.swimming.ca/fr/evenements-resultats/>) au plus tard 8 jours après la fin de la compétition.

### **INSCRIPTION – ATHLÈTES**

La date limite officielle pour la réception des inscriptions est le lundi 30 décembre 2019 à 23h59.

Après cette date : - Il sera encore possible d'inscrire un club ou un nageur, cependant les frais d'inscription seront doublés. - Tout changement sur des inscriptions déjà soumises sera chargé un montant de 25\$ (ajout d'épreuve, changement de temps d'inscription, etc.) - Les frais d'inscription ainsi que les pénalités éventuelles devront être acquittés au commis de course avant le début de la compétition.

Aucunes inscriptions ne seront permises après le 05 janvier 2020 à 24h00. Le lundi 6 janvier 2020 la liste du pré-classement (psych sheets) et le bulletin technique seront disponibles sur le site web de la FNQ et du RED, et seront envoyés aux entraîneurs par courriel.

La compétition sera limitée à 430 athlètes, la priorité étant accordée selon l'ordre d'arrivée des inscriptions. Les équipes doivent obligatoirement s'inscrire en ligne au <https://www.swimming.ca/fr/evenements-resultats/>.

Chaque athlète peut s'inscrire à un maximum de 5 épreuves individuelles. Tout athlète qui n'aura pas acquitté les droits d'inscription se verra refuser de participer à ses épreuves.

(<https://www.swimming.ca/MeetList.aspx>) no later than 8 days after the meet.

### **REGISTRATION - ATHLETES**

The official deadline for registration is Monday, December 30st, 2019, at 11:59 pm.

After this date: - It will still be possible to register a club or a swimmer, however the registration fee will be doubled. - Any changes on entries already submitted will be charged an amount of \$ 25 (addition of event, change of registration time, etc.) - Registration fees and any penalties must be paid to the race clerk before the beginning of the competition. No registration will be allowed after the 05th of January 2020 at 24h00. On Monday, January 6, 2020 the list of pre-ranking (psych sheets) and the technical bulletin will be available on the FNQ and RED website, and will be sent to the coaches by email Those documents will be on FNQ and RED websites. Teams will also receive them by Email.

The meet will be limited to 430 athletes, and priority will be given to registrations in the order of their arrival. Teams must register online through <https://www.swimming.ca/en/events-results/> as indicated below.

Each swimmer may register for up to five (5) events, not counting relays. Any swimmer who has not paid the registration fee will not be allowed to participate.

### ***Droits d'inscription***

Les droits d'inscription sont fixés à 8,00 \$ par épreuve individuelle (6,96 \$ + taxes = 8,00 \$). Cette somme ne couvre que la participation à la compétition elle-même. Comme le prévoient les règlements de la FNQ, le paiement des droits doit accompagner l'inscription, afin de faciliter et d'accélérer le processus de l'accueil.

### **Les chèques doivent être faits à l'ordre du Drummondville Olympique**

### ***Modalités d'inscription***

#### ***Pour les équipes du Québec***

-  Le fichier Splash de la structure des épreuves (\*.lxf) est accessible au <http://www.swimming.ca/fr/evenements-resultats/>
-  Les fichiers d'inscription (format Splash LXF) doivent obligatoirement être créés à l'aide du logiciel Splash Team Manager à partir du fichier des épreuves et déposés au <http://www.swimming.ca/fr/evenements-resultats/> (cliquer sur l'icône dans la colonne « Déposer entrées » après avoir sélectionné la bonne compétition).
-  Le numéro d'affiliation pour la saison 2019-2020 de chacun des nageurs doit être indiqué dans votre Team Manager.

**Les inscriptions seront confirmées par courriel. Si vous n'avez pas reçu de confirmation une semaine après votre inscription, veuillez nous contacter pour vous assurer que tout est en ordre.**

## **HÉBERGEMENT**

### ***Hotel Universel Drummondville***

915, rue Hains Drummondville, Québec  
J2C 3A1  
Tél. (800) 711-6047

### ***Registration fees***

Registration fees for the competition are set at \$8.00 per individual event (6,96 \$ + taxes = 8,00 \$). This amount covers participation in the competition. In accordance with FNQ regulations, payment must be made at the time of registration in order to facilitate and accelerate the welcome process on the day of competition.

### **The cheques must be made out to Drummondville Olympique.**

### ***How to Register***

#### ***Teams from Quebec***

-  The Splash events structure file (.lxf) is available at <https://www.swimming.ca/en/events-results/>
-  The registration files (.lxf) must be created with Splash Team Manager software from the events structure and uploaded at <https://www.swimming.ca/en/events-results/> via (under 'Upcoming Meets', find the swim meet entry, then click on the icon  in the 'Entries' column)
-  Each athlete's 2019-2020 affiliation number must be indicated in your Team Manager registration.

**Registrations will be confirmed by e-mail. If you have not received confirmation one week after registering, please contact us to make sure all is in order.**

## **LODGING**

### ***Hotel Universel Drummondville***

915, rue Hains Drummondville, Québec  
J2C 3A1  
Tél. (800) 711-6047

### **Hôtel et Suites Le Dauphin**

600, boul. St-Joseph  
Drummondville, Québec  
J2C 2C1  
Tél. : (800) 567-0995  
Tél. : (819) 478-4141  
www.le-dauphin.com

### **Quality Suites Drummondville**

2125, rue Canadien  
Drummondville, Québec  
J2C 7V8  
Tél. : (866) 572-2700  
Tél. : (819) 472-2700

### **Motel Blanchet**

Amélie Toutant, 225 boulevard St-Joseph Ouest,  
Drummondville, J2E1A9, 819-477-0222

**Profitez du programme de Choice**  
**Numéro d'identification client # 00622380**  
**Pour réserver et économiser !**



### **Notes pour les nageurs et accompagnateurs autour du bassin**

-  Apportez vos gourdes d'eau et vos bouteilles. Des fontaines seront disponibles pour le remplissage (bouteilles de verre interdites).
-  Au besoin, vos banderoles devront être suspendues au fil de fer disposés à cet effet. On ne peut rien coller sur les murs autour de la piscine
-  Le port du casque de bain est obligatoire en tout temps dans les deux bassins (10m et 25m).
-  À l'entrée, il est requis d'enlever ses chaussures pour accéder à la piscine dans un but d'hygiène. Des casiers sont disponibles à cet effet. Les nageurs devront passer par les vestiaires pour accéder à la piscine.

### **Hôtel et Suites Le Dauphin**

600, boul. St-Joseph  
Drummondville, Québec  
J2C 2C1  
Tél. : (800) 567-0995  
Tél. : (819) 478-4141  
www.le-dauphin.com

### **Quality Suites Drummondville**

2125, rue Canadien  
Drummondville, Québec  
J2C 7V8  
Tél. : (866) 572-2700  
Tél. : (819) 472-2700

### **Motel Blanchet**

Amélie Toutant, 225 boulevard St-Joseph Ouest,  
Drummondville, J2E1A9, 819-477-0222

**Enjoy the Choice program**  
**Customer ID # 00622380**  
**To book and save the money!**



### **Notes for the swimmers and accompanying adults around the pool area.**

-  Bring your reusable water bottles. Fountains are available to fill up. (Glass bottles prohibited)
-  If need be, your banners can be hung up on the wires provided. It is prohibited to glue anything on the walls.
-  Bathing caps are required in both pools (10m and 25m).
-  You must take off your shoes in the entrance of the pool in order to keep the floor clean. Lockers are available. Swimmers must gain access to the pool through the changing rooms.