TEAM EAST VS TEAM WEST DUAL MEET

SUNDAY, APRIL 4TH, 2010

HOSTED BY: CAMO Natation / SNC

SANCTIONED BY: FNQ

LOCATION: Complexe Sportif
Claude-Robillard
1000 Émile-Journault Ave
Montréal, QC
H2M 2E7

POOL SPECS: 10 Lane, 50m competition pool
25 yard warm-up pool

MEET MANAGER: Nicole Normandin
(450) 966-9173
nicoleno@sympatico.ca

SNC CONTACT: Dave Haanpaa
Events Manager
(613) 260-1348 x 2010
dhaanpaa@swimming.ca

TECHNICAL MEETING:

Sunday, April 4th, 2010, at 7:45am, pool deck

WARM UP AND START TIMES:

TIME FINALS – Short Course

Warm-Up: 8:00 - 8:50am
Start: 9:00am

MEET RULES:

- This meet is being run as a SHORT COURSE, senior format and run as time finals
- Open to swimmers competing at the 2010 Pan Pacific Trials
- Please ensure all entries are SHORT COURSE
- **Team West** wil include swimmers from BC, Alberta, Saskatchewan and Manitoba
- **Team East** will include swimmers from Ontario, Quebec, New Brunswick, Nova Scotia, PEI and Newfoundland & Labrador
- Teams may enter 4 swimmers per individual event
  - For **Team West**, a minimum of 1 swimmer assigned from Manitoba/Saskatechewan
  - For **Team East**, a minimum of 1 swimmer assigned from New Brunswick, Nova Scotia, PEI and Newfoundland & Labrador
- Lane Assignments – Warm-up
  - **Team West** will warm-up in lanes 5-6-7-8-9
  - **Team East** will warm-up in lanes 0-1-2-3-4
- Lane Assignments – Competition
  - **Team West** will swim in lanes 2-4-6-8
  - **Team East** will swim in lanes 1-3-5-7
- Teams may enter up to two relay teams per relay event
  - **Team West** will swim in lanes 4-6
  - **Team East** will swim in lanes 3-5
- Deck entries will be accepted at the discretion of the Meet Management
- This meet will be pre-seeded. Swimmers are responsible for being behind the blocks and ready to swim in time for their event.

ENTRIES:

Team Leader of Team West and Team East will be responsible for compiling entries:

Team West: Vince Mikuska
Team East: Pierre Lamy

Teams and entries will be selected and compiled by the Team Leaders throughout the 4 days of competition during the 2010 Pan Pacific Trials.

Please provide team contact person name and phone number with the entries.

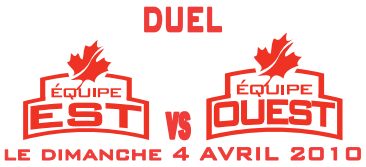
SCORING:

- Individual events: 9-7-6-5-4-3-2-1
- Relay events: 10-6-2

TEAM EAST VS TEAM WEST
DUAL MEET
SUNDAY, APRIL 4TH, 2010

ORDER OF EVENTS

WOMEN	EVENT	MEN
1	4x100 Free Relay	2
3	200 Back	4
5	100 Breast	6
7	200 free	8
9	400 IM	10
11	100 Fly	12
13	50 Free	14
15	4x50 Medley Relay	16
	10min Break	
17	4x50 Free Relay	18
19	200 Fly	20
21	100 Back	22
23	400 Free	24
25	200 IM	26
27	200 Breast	28
29	100 Free	30
31	4x100 Medley Relay	32



ORGANISÉ PAR: CAMO Natation / SNC

SANCTIONNÉ PAR: FNQ

ENDROIT: Complexe Sportif
Claude-Robillard
1000 ave. Émile-Journault
Montréal, QC
H2M 2E7

PISCINE: Bassin de compétition, 10 couloirs
Bassin d'échauffement 25 verges

DIRECTRICE DE LA RENCONTRE: Nicole Normandin
(450) 966-9173
nicoleno@sympatico.ca

CONTACT DE SNC : Dave Haanpaa
Gestionnaire des événements
(613) 260-1348 poste 2010
dhaanpaa@swimming.ca

RÉUNION TECHNIQUE:

Dimanche 4 avril 2010 à 7 h 45, bord de la piscine

HEURES D'ÉCHAUFFEMENT ET DE DÉBUT:

FINALES CHRONOMÉTRÉES – petit bassin

Échauffement: 8 h à 8 h 50
Début: 9 h

RÉGLEMENTS DE LA COMPÉTITION:

- Cette compétition es organisée comme un format senior en PETIT BASSIN avec des finales chrnométrées
- Pour les nageurs qui participent aux Essais panpacifique 2010
- Veuillez vous assurer que toutes les inscriptions sont en PETIT BASSIN
- **Équipe Ouest** inclura des nageurs de la C.-B., de l'Alberta, de la Saskatchewan et du Manitoba
- **Équipe Est** inclura des nageurs de l'Ontario, du Québec, du Nouveau-Brunswick, de la Nouvelle-Écosse, de l'Î.P.-É. et de Terre-Neuve-Labrador
- Les équipes peuvent inscrire 4 nageurs par épreuve individuelle
  - Pour **Équipe Ouest**, un minimum de 1 nageur assigné du Manitoba/de la Saskatechewan
  - Pour **Équipe Est**, un minimum de 1 nageur assigné du Nouveau-Brunswick, de la Nouvelle-Écosse, de l'Î.P.-É et de Terre-Neuve-Labrador
- Assignation des couloirs – échauffement
  - **Équipe Ouest** s'échauffera dans les couloirs 5-6-7-8-9
  - **Équipe Est** s'échauffera dans les couloirs 0-1-2-3-4
- Assignation des couloirs – compétition
  - **Équipe Ouest** nagera dans les couloirs 2-4-6-8
  - **Équipe Est** nagera dans les couloirs 1-3-5-7
- Les équipes peuvent inscrire juqu'à deux équipes de relais par épreuve de relais
  - **Équipe Ouest** nagera dans les couloirs 4-6
  - **Équipe Est** nagera dans les couloirs 3-5
- Les inscriptions au bord de la piscine seront acceptées à la discrétion de la direction de la compétition
- Cette compétition sera pré-classée. Les nageurs sont responsables d'être derrière les blocs et prêts à nager à temps pour leur épreuve.

INSCRIPTIONS:

Le chef d'équipe d'Équipe Ouest et d'Équipe Est sera responsable de compiler les inscriptions:

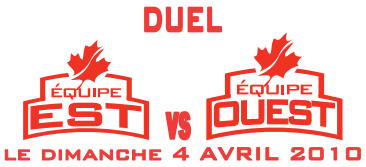
Équipe Ouest: Vince Mikuska
Équipe Est: Pierre Lamy

Les équipes et les inscriptions seront choisies et compilées par les chefs d'équipe pendant les 4 jours de la compétition des Essais panpacifiques 2010.

Veuillez donner le nom et le numéro de téléphone de la personne contact de l'équipe avec les inscriptions.

POINTS:

- Épreuves individuelles: 9-7-6-5-4-3-2-1
- Épreuves de relais: 10-6-2



ORDRE DES ÉPREUVES

FEMMES	ÉPREUVE	HOMMES
1	Relais 4x100 libre	2
3	200 dos	4
5	100 brasse	6
7	200 libre	8
9	400 QNI	10
11	100 papillon	12
13	50 libre	14
15	Relais 4x50 QN	16
	Repos de 10 min	
17	Relais 4x50 libre	18
19	200 papillon	20
21	100 dos	22
23	400 libre	24
25	200 QNI	26
27	200 brasse	28
29	100 libre	30
31	Relais 4x100 QN	32