



Ligue de natation 2011-2012



Rencontre #3

Fernand-Lefebvre

*Piscine Laurier-R.-Ménard
3035, Place des Loisirs, Sorel-Tracy, Qc.*

Lundi, 16 janvier 2012

LIGUE DE NATATION SCOLAIRE – RSEQ MONTRÉGIE

Invitation # 3

Date: 16 janvier 2012

Endroit: Piscine Laurier-R.-Ménard
3035, Place des Loisirs,
Sorel-Tracy, Qc.

Installations: Bassin de 25 mètres, 6 couloirs
Câbles anti-vagues
Gradin pour 250 personnes

Directeurs de rencontre: Louise Garand et Jean-Marc Boileau

Programme : En vente au coût de 2,00 \$

Règlements :

Les règlements de la Fédération de natation du Québec et Swimming / Natation Canada seront en vigueur.

Règlements de sécurité :

Les nageurs et entraîneurs devront respecter les règlements de sécurité de la Fédération de Natation du Québec et de la Régie de la sécurité dans les sports du Québec.

L'entrée dans l'eau se fera les pieds les premiers, aucun saut ne sera toléré. Un athlète fautif sera pénalisé : il ne pourra participer à sa première épreuve de la journée.

Le règlement SW 2.1.6 sera en vigueur.

Les participants ne peuvent faire aucun plongeon durant les échauffements, sauf durant les cinq dernières minutes. La circulation est alors à sens unique. L'utilisation des palmes et palettes n'est pas permise durant l'échauffement.

Échauffements :

L'attribution des couloirs sera envoyée aux entraîneurs par courriel avec le bulletin technique et **affichée à la sortie des vestiaires.**

Admissibilité :

Les étudiants inscrits à temps plein dans une institution d'enseignement de la région pourront participer à la ligue de natation du RSEQ Montérégie.

Les nageurs qui participeront aux compétitions de niveau provincial (P2) du circuit de la FNQ ou à un des différents championnats nationaux de SNC de l'année précédente ou de l'année en cours, seront exclus de la ligue de natation scolaire et, par le fait même, du championnat provincial de natation scolaire.

Catégories:

Les catégories d'âge utilisées sont les suivantes (garçons et filles) :

Juvenile Né du 1^{er} juillet 1993 au 30 septembre 1995

Cadette Né du 1^{er} octobre 1995 au 30 septembre 1997

Benjamine Né du 1^{er} octobre 1997 au 30 septembre 1999

Épreuves individuelles :

Toutes les épreuves se nageront senior.

Les résultats seront établis selon les groupes d'âge.

Les nageurs peuvent participer à un maximum de 3 épreuves individuelles et 1 relais.

Toutes les épreuves seront nagées.

Surclassement :

Aucun nageur ne pourra être surclassé dans une épreuve individuelle.

Une équipe peut surclasser 2 nageurs dans la formation de ses équipes de relais.

Inscription :

Les dates de naissance exactes sont obligatoires.

Il est souhaitable que les inscriptions soient effectuées à l'aide du logiciel Splash.

Le fichier d'inscriptions Lexex devra être accompagné d'une copie PDF.

Les équipes qui n'ont pas le logiciel Splash devront retourner le formulaire d'inscriptions Excel.

Tous les fichiers d'inscriptions devront être envoyés à Louise Garand : louisegarand@sympatico.ca

Une confirmation de vos inscriptions sera envoyée dès la réception de vos inscriptions.

Les résultats seront retournés par courrier électronique et sur le site www.arser.qc.ca .

Date limite d'inscription:

Vendredi, 13 janvier 2012

Code de bienséance

Aucun soulier d'extérieur ne sera toléré sur le bord de la piscine. Les sauveteurs n'hésiteront pas à expulser toutes personnes contrevenantes. De plus, veuillez ramasser vos déchets et les mettre dans le sac prévu à cet effet

Réunion :

Une rencontre avec les entraîneurs aura lieu à 15h55 au local des sauveteurs.

Officiels :

Les officiels devront se présenter au local des sauveteurs au début de la période d'échauffement.

Nous demandons la participation d'au moins 2 officiels par club, afin d'assurer le bon déroulement de la compétition.

Les expériences des officiels seront ajoutées à votre dossier d'officiel de la FNQ.

ORDRE DES ÉPREUVES
Rencontre 3 Janvier 2012

Échauffement : 15 h 15

Début : 16 h 00

Réunion des entraîneurs : 15 h 55

	Épreuves
1	Relais 4 X 50m Libre
2	200m QNI (Papillon + Dos + Brasse + Libre)
3	50m Papillon
4	100m Libre
5	100m Brasse
6	100m QNI (Papillon + Dos + Brasse + Libre)
7	200m Libre
8	Relais 4 X 50m Quatre Nages (Dos + Brasse + Papillon + Libre)

Les nageurs peuvent participer à un maximum de 3 épreuves individuelles et 1 relais.

Toutes les épreuves seront nagées.

Fin des épreuves : ± 20h00 Les athlètes doivent prévoir une collation.

Date limite d'inscription: Vendredi, 13 décembre 2012

- Un temps d'entrée est exigé pour chacune des épreuves, pour une meilleure évaluation de la durée de la compétition.
- Les résultats seront transmis aux clubs selon les catégories d'âge.

Une preuve d'identité avec photo (carte étudiante ou d'assurance-maladie) devra être présentée à la demande d'un officiel.