

Bulletin technique

Technical Bulletin

Bassin long – 3 au 5 mai 2019

Long Course – May 3 - 5, 2019



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ORGANISATEURS DE LA RENCONTRE**  Directeur de la rencontre : Sébastien Clément    Responsable des officiels : Jocelyne McLean  Responsable des inscriptions : Sébastien Clément |  | **MEET ORGANIZERS**  Meet Manager: Sébastien Clément  Officials Coordinator: Jocelyne McLean    Entry Coordinator: Sébastien Clément |
|  |  |  |
| **FORMAT DE LA RENCONTRE**  Les règlements en vigueur de Natation Canada régiront cette rencontre.  Deux compétitions auront lieu durant la fin de semaine : 11-12 ans et 13 ans et plus.  Les épreuves dont le numéro est dans les 100 sont réservées aux nageurs de 13 ans et plus. Il y aura 4 catégories : 13 ans, 14 ans, 15 ans, et 16 ans et plus.  Les épreuves dont le numéro est dans les 200 sont réservées aux nageurs de 11 et 12 ans. Toutes les épreuves de la série 200 sont des finales par le temps.  Les épreuves de 400 libre, 400 QNI, 800 libre, 1500 libre sont des épreuves contre la montre. Les épreuves de 800 libre et 1500 libre seront nagées du plus vite au plus lent.  Les épreuves de 800 libre et 1500 libre 13 ans et + seront nagées à 2 par couloirs. Les séries seront nagées en alternance par épreuve et sexe, soit 1 vague de 800 dames, 1 vague de 800 hommes, 1 vague de 1500 dames et 1 vague de 1500 hommes, et ainsi de suite.  Les 800 et 1500 libre 11-12 ans se nageront 1 nageur par couloir seulement.  Lors des séries éliminatoires toutes les épreuves seront nagées senior.  Il y aura des finales A pour toutes les épreuves des séries 100, sauf pour les 400 QNI, et 400, 800 et 1500 libre.  Il y a 3 couloirs de 25m disponibles dans la piscine récréative pour la récupération durant la rencontre.  **FORFAITS DES PRÉLIMINAIRES**  Les forfaits devront être faits par écrit au commis de course 30 minutes avant le début de chaque session. |  | **MEET FORMAT**  Swimming Canada rules will govern this meet.  There will be two different meets during the weekend: 11-12 years old and 13 years & over.  Events in the 100 numbers are reserved for qualifiers aged 13 and over. There will be 4 categories: 13, 14, 15 and 16 & over.  Events in the 200 numbers are reserved for qualifiers aged 11-12 years. All events in the 200 series are time finals.  The 400 free, 400 IM, 800 free and 1500 free will be time final events. The 800 free and the 1500 free will be swum fastest to slowest.  The 13 & over 800 free, & 1500 free will be swam 2 per lane. Heats will alternate between distance and gender, as such: 1 heat of 800 ladies, 1 heat of 800 men, 1 heat of 1500 ladies, 1 heat of 1500 men, and so on.  The 11-12 800 & 1500 free will be swam 1 per lane.  For heats, all events will be seeded senior.  There will be A finals for all 100 series of events, except for the 400 IM, and the 400, 800 and 1500 free.  There are 3 25m lanes available for warm down during the meet in the recreational pool.  **SCRATCHES FOR PRELIMS**  Scratches shall be made, in writing, to the clerk of course 30 minutes prior to the start of each session. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **FORFAITS DES FINALES**  Les forfaits devront être faits par écrit au commis de course dans les 30 minutes suivant :   * vendredi : le 100 libre * samedi : le 100 papillion * dimanche : le 200 papillon | |  | **SCRATCHES FOR FINALS**  Scratches shall be made, in writing, to the clerk of course within 30 minutes after the following:   * Friday: the 100 Free * Saturday: the 100 Fly * Sunday: the 200 Fly | |
| **BRIS D’ÉGALITÉ:**  Tous les bris d’égalité seront nagés dans la session préliminaire de l’épreuve.  **FINALES**  Les entraîneurs devront confirmer la présence de leurs nageurs pour les finales, à la table du commis de course, lors de leur arrivée à la piscine pour les finales.  **RELAIS**  Tous les relais sont des finales par le temps lors de la session finale.  Les fiches de relais seront distribuées durant la session précédente et devront être remises au commis de course avant 11h00.  Les changements de noms dans les équipes de relais sont permis jusqu’à 30 minutes avant le début de la session.  Pour les relais 11-12 ans, les fiches de relais seront distribuées au début de la période d’échauffement de la session et devront être remises au commis de course à la fin de l’échauffement. | |  | **SWIM-OFF:**  All swim-off will be swam in the prelim session of the event  **FINALS**  There will be a positive check-in for finals at the Clerk of Course’s table. Coaches must confirm their swimmers’ presence for finals.  **RELAYS**  All relays are time final events during the finals session.  Relay sheets will be distributed the session preceding the session where they will be swam and need to be returned to the Clerk of Course by 11:00.  Relay name changes are permitted up to 30 minutes before the start of the session.  For 11-12 relays swam during the afternoon, relay sheets will be distributed at the beginning of the warm-up period. Relay sheets need to be returned to the Clerk of Course at the end of the warm-up period. | |
| **INSCRIPTIONS À LA PISCINE**  Aucune inscription sur le bord de la piscine ne sera acceptée à cette compétition. | |  | **DECK ENTRIES**  No deck entries will be accepted at this competition. | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
| **BANDAGE ET PANSEMENTS**  Les bandages/pansements de toute sorte pour limiter les mouvements ne sont pas permis. | |  | **STRAPPING AND TAPING**  Any kind of strapping/taping that limits movement is prohibited. | |
| **PROGRAMMES ET RÉSULTATS**  Les listes des départs pour les séries éliminatoires et les programmes de finales ainsi que les programmes de finales par le temps seront disponibles dans la chemise de chaque club à la table du commis de course durant la période d’échauffement.  Les résultats seront affichés sur une table près du commis de course.  Les résultats seront également disponibles en ligne au [www.natationgatineau.ca](http://www.natationgatineau.ca) | |  | **HEAT SHEETS AND RESULTS**  Heat sheets for Preliminaries and Finals, as well a heat sheets for Time Finals, will be available in each club’s file folder at the Clerk of Course table during warm-ups.  Results will be posted on a table close to the clerk of course.  Results will also be available online at: [www.natationgatineau.ca](http://www.natationgatineau.ca) | |
| **PREMIERS SOINS**  Il y aura des sauveteurs sur les lieux pour tous les problèmes qui pourraient survenir. | |  | | **FIRST AID**  There will be lifeguards on the premises for any problems that may occur. |
| **RÈGLEMENTS DE LA PISCINE**  Aucune chaussure portée à l’extérieur n’est acceptée sur la plage de la piscine.  Les chaussures sont obligatoires pour les nageurs. | |  | | **POOL RULES**  Shoes that have been worn outside of the pool deck are not allowed on the pool deck.  Shoes are mandatory for swimmers. |
| **HOSPITALITÉ**  Du café, du thé et des rafraîchissements seront disponibles pour les entraîneurs et les bénévoles dans la salle d’hospitalité, qui est située dans le local 161 au niveau de la piscine.  Les entraîneurs et les officiels sont invités pour le déjeuner (avant le début des séries éliminatoires), dîner (un repas chaud sera servi immédiatement après les séries éliminatoires) et souper (repas froid servi avant le début des finales) dans le local d’hospitalité. Une collation sera servie sur la plage de la piscine durant les sessions.  NG adhère à la philosophie de la protection de l’environnement du Centre sportif; par conséquent, aucune bouteille d’eau ne sera fournie durant la rencontre. Vous devez apporter votre bouteille personnelle que vous pourrez remplir au Centre sportif. | |  | | **HOSPITALITY**  Coffee, tea and refreshments will be available for coaches and volunteers in the Hospitality Room, which is located in room 161 on the pool level.  Coaches and officials are invited for breakfast (prior to the start of the preliminary sessions), lunch (hot meal will be served immediately following the preliminary sessions) and dinner (cold meal served prior to the start of the finals) in the Hospitality Room. Snacks will be served on the pool deck during sessions.  NG subscribes to the green environment policy of the Sports Centre. Therefore, we will not provide bottles of water during the meet. You should bring your own bottle that can be filled up at the Sports Centre. |
| **STATIONNEMENT**  Le stationnement sur le terrain du CEGEP (adjacent à la piscine) n’est pas accessible le vendredi et est payant les samedis et dimanches. Vous devez payer à l’Horoparc qui est situé près de la porte 11 à l’arrière du CEGEP. Des passes pour le stationnement pour la journée de vendredi seront disponibles dans la salle des officiels. | |  | | **PARKING**  The CEGEP parking lot (adjacent to the pool) is not available for parking on Friday AM. This parking is also now a paying parking on Saturdays & Sundays. You must pay at the HOROPARC machine, which is located by door 11 at the back of the CEGEP. Parking passes for Friday will be available in the officials’ room. |
| **VESTIAIRES (CASIERS)**  Des casiers sont disponibles dans les vestiaires et ce, gratuitement. Vous devez apporter votre cadenas.  Assurez-vous que vos casiers sont bien verrouillés. Nous ne sommes pas responsables des vols. | |  | **CHANGE ROOMS (LOCKERS)**  Lockers are available in the change rooms for free. You must bring your own lock.  Ensure that your locker is well locked. We are not responsible for thefts. | |
| **RÈGLEMENTS DE SÉCURITÉ DURANT LA PÉRIODE D’ÉCHAUFFEMENT**  Les nageurs et entraîneurs devront respecter les procédures de sécurité pour l’échauffement en compétition de Natation Canada (https://www.swimming.ca/content/uploads/2015/06/procedures-de-securite-pour-lechauffement-en-competition-de-natation-canada.pdf).  Les plongeons sont interdits durant la période d’échauffement des préliminaires et durant la période d’échauffement 11-12, sauf durant les 10 dernières minutes. Durant les 10 dernières minutes de chaque période d’échauffement, les plongeons seront permis et la circulation devra se faire à sens unique dans les couloirs.  Il n’y a pas de couloirs assignés pour les échauffements des sessions finales. Durant les 10 dernières minutes du réchaud les couloir 1 et 8 sont assignés aux plongeons. À ce moment, la circulation devra être à sens unique dans le couloir  **ÉCHAUFFEMENT**  Pour les 13 ans et plus, il y aura un seul échauffement par séance :  Vendredi et samedi – 8h00 à 8h40  Dimanche – 7h00 à 7h40  Les couloirs sont attribués aux clubs selon le tableau qui suit.  Pour les 11-12 ans, il y aura une période d’échauffement de 13h00 à 13h30. Il n’y a pas de couloirs attribués.  Pour les finales, il y aura une période d’échauffement de 17h00 à 17h40. Nous vous demandons de réserver cette période uniquement aux finalistes.  **RÉUNION DES ENTRAÎNEURS**  Il y aura une rencontre des entraîneurs avec le directeur de rencontre, le vendredi 3 mai à 8h30 dans l’aire située près du bassin récréatif. | |  | **SAFETY RULES DURING WARM-UP PERIOD**  Swimmers and coaches must comply with the Competition Warm-Up Safety Procedure of Swimming Canada (https://www.swimming.ca/content/uploads/2015/06/swimming-canada-competition-warm-up-safety-procedures.pdf).  During preliminary sessions and 11-12 warm-ups, no swimmer shall dive, except during the last 10 minutes. During the last 10 minutes of each session, dives will be allowed and all swimmers will have to swim “one way”.  There is no lane assignment for warm-up before finals, no swimmer shall dive except during the last 10 minutes when sprint lanes 1 and 8 will be opened. At that time, all swimmers will have to swim “one way” in the sprint lanes where diving is permitted.  **WARM-UP**  For 13 & over, the warm-up period in the morning:  Friday and Saturday – 8:00 to 8:40  Sunday – 7:00 to 7:40  Clubs will be assigned warm-up lanes as per the following table.  For the 11-12 year olds, there will be one warm-up period from 13:00 to 13:30. There are no assigned lanes.  For finals, warm-up will be from 17:00 to 17:45 with no lane assignment. This period is for finalists only.  **COACHES’ MEETING**  A meeting will take place between coaches and the Meet Manager, Friday, May 3rd at 8:30 in the area near the recreational pool. | |
| **Périodes d’échauffement / Warm-up Periods**  **13 ans et plus / 13 & over**   |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Couloir / Lane** | **Vendredi & Samedi**  **Friday and Saturday**  **8h00 – 8h40** | **Dimanche**  **Sunday**  **7h – 7h40** | | **1** | **NG** | **NG** | | **2** | **NG** | **NG** | | **3** | **NG – BYST – CITA** | **NG – BYST – CITA** | | **4** | **EBSC – OTTSC** | **EBSC – OTTSC** | | **5** | **ROCS – TMSC** | **ROCS – TMSC** | | **6** | **OYO – CAPI** | **OYO – CAPI** | | **7** | **GO – DCSC** | **GO – DCSC** | | **8** | **GO** | **GO** | | | | | |