

**SPORT. ÉDUCATION. FIERTÉ.**

**RSEQ**®

**LAURENTIDES-LANAUDIÈRE**

**NATATION**

**COMPÉTITION #3**

**JEUDI, LE 30 JANVIER 2018**

**Académie Lafontaine  
2171, boul. Maurice, Saint-Jérôme**

# PROJECTION HORAIRE DE LA JOURNÉE

Arrivée des athlètes	8h00 à 8:50
Échauffement (3 blocs)	08h10 à 9h15
Réunion des officiels	08:45
Réunion des entraîneurs (après l'échauffement)	<b>09h15</b>
Début des épreuves	09:30
Dîner ( <b>1 heure</b> )	<b>vers 12:00</b>
Reprise des épreuves	13:00
Fin des épreuves	<b>vers 15:15</b>

## IMPORTANT

- Aucune consommation de nourriture et de boissons gazeuses ou autres ne sera permise à la piscine et dans les vestiaires.
- Des vestiaires seront disponibles (apportez votre cadenas).

## DÉROULEMENT DES ÉPREUVES

FÉMININ	ÉPREUVES	CATÉGORIES	MASCULIN
1	100m dos	B-C-J	2
3	50m libre	B-C-J	4
5	100m papillon	B-C-J	6
7	50m brasse	B-C-J	8
9	100m Q.N.I.	B-C-J	10
11	200m relais libre	Benjamine	12
13	200m relais libre	Cadette	14
15	200m relais libre	Juvenile	16
<b><i>Dîner (30 minutes)</i></b>			
17	100m libre	B-C-J	18
19	50m dos	B-C-J	20
21	50m papillon	B-C-J	22
23	100m brasse	B-C-J	24
25	200m libre	B-C-J	26
27	200m relais Q.N.	Benjamine	28
29	200m relais Q.N.	Cadette	30
31	200m relais Q.N.	Juvenile	32

Toutes ces épreuves comptent pour le classement.

## SYSTÈME DE POINTAGE

### Épreuves individuelles

1ère position:	7 points
2ème position:	5 points
3ème position:	4 points
4ème position:	3 points
5ème position:	2 points
6ème position:	1 point

### Relais

1ère position:	14 points
2ème position:	10 points
3ème position:	8 points
4ème position:	6 points
5ème position:	4 points
6ème position:	2 points

*Les nageurs des écoles de l'extérieur de la région Laurentides-Lanaudière n'obtiennent pas de points pour les bannières et ne sont pas éligibles pour participer au championnat régional scolaire.*

## RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

### CATÉGORIES D'ÂGE:

Benjamine:	du 1 <sup>er</sup> octobre 2003 au 30 septembre 2004
Cadette:	du 1 <sup>er</sup> octobre 2001 au 30 septembre 2003
Juvenile:	du 1 <sup>er</sup> juillet 1999 au 30 septembre 2001

### ELIGIBILITÉ DES PARTICIPANTS:

Tout nageur ou nageuse qui fait partie d'un club scolaire de la région Laurentides-Lanaudière.

### PARTICIPATION:

Chaque école participante pourra inscrire le nombre d'athlètes qu'elle désire à chaque rencontre **mais devra s'inscrire à un maximum de trente-cinq (35) nages (1 nage = 1 nageur inscrit à une épreuve) par catégorie et par sexe. Ce maximum s'applique pour les tournois ainsi que le championnat scolaire régional.**

Lors d'un tournoi, chaque nageur pourra participer à deux (2) épreuves individuelles et deux (2) relais ou trois (3) épreuves individuelles et zéro (0) relais. **(Maximum 35 nages/catégorie/sexe et 3 relais/catégorie/sexe)**

Pour les relais, les participants doivent former des équipes dans leurs catégories respectives. Chaque équipe pourra admettre un maximum de deux (2) nageurs provenant d'une catégorie inférieure.

Un maximum de trois (3) relais par catégorie/sexes par école sera accepté **mais seulement un (1) relais sur trois (3) comptera au classement (par catégorie/sexes)**. Les 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> relais seront considérés hors-concours pour le pointage des bannières, mais ils seront éligibles aux récompenses individuelles.

Il est important d'indiquer le temps des nageurs pour chacune des épreuves inscrites. **La compétition se nagera (senior) pour les épreuves individuelles et les relais se nageront par catégorie/sexes.**

### **RÉGLEMENTATION:**

Seront en application les règlements de la Fédération de natation du Québec (règlements de SNC), les règlements généraux de l'Association ainsi que les règlements spécifiques de natation.

### **OFFICIELS**

Il y aura cinq (5) officiels de la Fédération de Natation du Québec à chaque rencontre.

### **CLASSEMENT (bannières)**

Chaque rencontre régionale (ligue) comptera pour 20% et le championnat régional scolaire comptera pour 40%.

### **CHRONOMÉTREURS (obligatoire !!!)**

Chaque école inscrite devra fournir deux (2) chronométrateurs par rencontre afin de permettre d'avoir trois (3) chronométrateurs par corridor.

Vous devrez inscrire les noms de vos deux chronométrateurs sur le formulaire d'inscription à chaque rencontre ou confirmer la présence de vos bénévoles une (1) semaine avant l'événement.

**LE DÎNER DES BÉNÉVOLES-CHRONOMÉTREURS AINSI QUE DES ENTRAÎNEURS SERA PAYÉ. ILS RECEVRONT UN COUPON LE MATIN DE LA COMPÉTITION.**

IL EST NÉCESSAIRE DE FOURNIR DES BÉNÉVOLES  
(CHRONOMÉTREURS) POUR S'ASSURER DU BON

DÉROULEMENT DE LA COMPÉTITION.

