

CHAMPIONNAT PAR ÉQUIPE, SECTION 3

BULLETIN TECHNIQUE

GATINEAU

29 AVRIL AU 1^{ER} MAI 2011

Directrices de rencontre : Lyne Laprade & Jocelyne McLean

Réunion des entraîneurs

La réunion des entraîneurs aura lieu vendredi matin à 7h45 dans le corridor près du bassin récréatif.

Forfaits

Les forfaits pour les finales devront être déclarés au commis de parcours dans les 30 minutes suivant la fin de la session préliminaire précédant la session finale.

Déroulement des séries éliminatoires

Les séries éliminatoires seront nagées « senior » du plus lent au plus vite à l'exception des épreuves de 400 libre, 400 QNI, 800 libre et 1500 libre qui seront nagées du plus vite au plus lent.

Finales

Il y aura des finales pour toutes les épreuves à l'exception des épreuves suivantes : 800 libre & 15 libre. Ces dernières se dérouleront « finales par le temps » lors des sessions éliminatoires.

Relais

- **Relais 4 X 50m – catégorie 1999 & 1998**
 - Ces relais se dérouleront à la fin de la session éliminatoire, en bassin de 25m.
 - Les fiches de relais complétées devront être remises au commis de parcours au début de la session éliminatoire où le relais sera nagé.
 - Le nom et l'ordre des nageurs de relais ne peuvent être modifiés une fois la session éliminatoire où il sera nagé débuté.
- **Relais 4 X 100m – toutes les autres catégories**

Ces relais se dérouleront « finales par le temps » à la fin des sessions finales.

 - Les fiches de relais complétées devront être remises au commis de parcours à la fin de la session éliminatoire précédant la finale où sera nagé le relais.
 - Les noms et l'ordre des nageurs de relais peuvent être modifiés jusqu'à 30 minutes avant le début de la session finale où le relais sera nagé.

Procédures d'échauffement

Il y aura deux périodes d'échauffement de 30 minutes chacune. Les procédures d'échauffement de SNC seront en vigueur.

GRUPE 1

BASSIN PROFOND		BASSIN PEU PROFOND	
Couloir	Club	Couloir	Club
1	BBF	1	CARAT
2	BBF	2	CARAT
3	BBF	3	CARAT
4	BBF	4	CARAT
5	BBF	5	CARAT
6	SHER	6	CARAT
7	SHER	7	REG
8	SHER	8	REG

GRUPE 2

BASSIN PROFOND		BASSIN PEU PROFOND	
Couloir	Club	Couloir	Club
1	LAVAL	1	CNPG
2	CNMN	2	CNPG
3	CNMN	3	CNPG
4	CNMN	4	CNPG
5	CNMN	5	CNPG
6	CASE	6	CNPG
7	CASE	7	LAVAL
8	CASE	8	LAVAL

Horaire des échauffements

Vendredi : 07h30 à 08h00 : groupe 1
08h05 à 08h35 : groupe 2

Samedi : 07h30 à 08h00: groupe 2
08h05 à 08h35: groupe 1

Dimanche : 07h30 à 08h00: groupe 1
08h05 à 08h35: groupe 2

Heures prévues de fin de sessions

Vendredi : Bassin filles (peu profond) – 12h00
 Bassin garçons (profond) – 12h00
 Finales – 19h30

Les séries 8 à 13 du 400 libre féminin se dérouleront dans le bassin profond après le 400 libre masculin.

Samedi : Bassin filles (profond) – 12h00
 Bassin garçons (peu profond) – 12h00
 Finales – 20h00

Les séries 14 à 25 du 200 libre féminin se dérouleront dans le bassin peu profond avant le 200 libre masculin.

Dimanche : Bassin filles (peu profond) – 12h00
 Bassin garçons (profond) – 12h00
 Finales – 19h00

Programmes et résultats

Les listes de départs des séries éliminatoires et les programmes des finales seront disponibles à la table du commis de course.

Les résultats seront affichés en direct sur notre site internet : www.cnpq.ca et sur le mur de la piscine près du commis de parcours.

Règlement de la piscine :

- Il est interdit de porter, sur la plage de la piscine, toute chaussure autre que celle utilisée pour fins de compétition, pour tous les participants de la rencontre.

Sandales obligatoires pour les nageurs.

Hospitalité

Des rafraîchissements, des repas et du café seront disponibles pour les entraîneurs à la salle de la restauration située au local 161.

Stationnement

Pour le vendredi seulement, le stationnement sur le terrain du Cégep est payant. Vous devez payer en utilisant l'horodateur sur le terrain. À compter de 18h, le vendredi le stationnement est gratuit.

Important : Afin de respecter la politique du centre sportif, nous ne distribuerons pas de bouteilles d'eau. Veuillez apporter votre bouteille à remplir.

Vestiaire

Veuillez vous assurer que vos casiers soient bien verrouillés...