

2020-2021

GUIDE TECHNIQUE

Dernière modification : 1er juin 2021



WWW.FNQ.CA



**FÉDÉRATION
DE NATATION
DU QUÉBEC**

TABLES DES SECTIONS

Guide technique Piscine	3
Guide technique Maîtres Nageurs	28
Guide technique Eau Libre	38



GUIDE TECHNIQUE – PISCINE

TABLE DES MATIÈRES

CHAPITRE 1 – RÉSEAU DE COMPÉTITION	4
CHAPITRE 2 – INVITATIONS	5
1. DIFFÉRENTES FORMES D'INVITATION.....	5
2. PÉNALITÉ POUR UN NAGEUR NON-INSCRIT AYANT PARTICIPÉ À UNE COMPÉTITION	5
3. INVITATIONS RÉGIONALES ET PROVINCIALES	6
CHAPITRE 3 – FESTIVAL, COUPES & CHAMPIONNAT	7
1. TEMPS DE QUALIFICATION - NATATION & PARANATATION	7
2. ÉCHÉANCIER DE LA PROCÉDURE D'INSCRIPTION.....	7
3. PÉNALITÉ POUR FORFAITS TARDIFS POUR LES COUPES DU QUÉBEC ET CHAMPIONNAT PROVINCIAL.....	7
4. DÉFI VIRTUEL – AJOUT 2020.....	8
5. FESTIVAL PAR ÉQUIPE – COMPÉTITION ANNULÉE EN 2020.....	10
6. MINI COUPE.....	12
7. COUPE DES RÉGIONS	13
8. COUPE DU QUÉBEC JUNIOR	15
9. COUPE DU QUÉBEC SENIOR + PARANATATION	18
10. CHAMPIONNAT PROVINCIAL EN PISCINE	22
CHAPITRE 4 – INFORMATIONS POUR COMITÉS ORGANISATEURS	26
1. RÈGLEMENTS ET PROCÉDURES	26
2. EXIGENCES POUR LES OFFICIELS LORS DES COMPÉTITIONS	26
3. ÉQUIPE DE SOUTIEN AUX COMPÉTITIONS	26
4. PÉNALITÉS.....	26
5. AUTORISATION DE SANCTION DE COMPÉTITIONS	27
6. RESPONSABILITÉS DES COMITÉS ORGANISATEURS	28

Cette section du guide ne concerne que la natation groupe d'âge et senior en piscine.

La version disponible en ligne demeure en tout temps la version officielle.

Assurez-vous de toujours avoir une version à jour.

<http://www.fnq.qc.ca/disciplines/disciplines-guide-technique/>

CHAPITRE 1 – RÉSEAU DE COMPÉTITION

Le réseau de compétition est basé sur le développement à long terme des athlètes (DLTA).

Le tableau ci-dessous se veut un tableau synthèse du réseau de compétition de la Fédération de natation du Québec. Pour plus d'information et de précision, il est important de lire tout le guide technique.

TYPE DE COMPÉTITION	CATÉGORIE / GARÇONS & FILLES	TEMPS DE QUALIFICATION MINIMUM REQUIS	PROGRAMME DES COMPÉTITIONS	
INVITATIONS				
Essai de temps	Déterminé par l'organisateur	Déterminé par l'organisateur	25m ou 50m	Déterminé par l'organisateur Individuelles / Relais Finale contre la montre obligatoire
Régionale (Intraclub , Duel, Regroupement des clubs)	Déterminé par l'organisateur	Déterminé par l'organisateur	25m ou 50m	Déterminé par l'organisateur Individuelles / Relais Avec ou sans finale 13 ans et plus Finale contre la montre pour les 12 ans et moins
Provinciale (Rencontre invitation avec ou sans temps de qualification)				
FESTIVAL, CHAMPIONNAT, COUPES				
Festival par équipe	11 ans et plus	Preuves de temps requises Aucun standard	25m	Individuelles / relais Finale contre la montre (11-12 ans) Préliminaires et finales (13 ans et +)
Mini Coupe	10 ans et moins	Déterminé par chaque association régionale	25m	Individuelles / relais Finale contre la montre
Coupe des Régions	17 ans et moins	Déterminé par chaque association régionale	25m	Individuelles / relais Programme complet Préliminaires et finales
Coupe du Québec Junior	17 ans et moins	Standard « Coupe du Québec Junior »	50m	Individuelles / relais Programme complet Préliminaires et finales
Coupe du Québec Senior	Ouvert	Standard « Coupe du Québec Senior »	25m ou 50m	Individuelles / relais Programme complet Préliminaires et finales
Championnat provincial	Ouvert	Standard « Championnat provincial »	50m	Individuelles / relais Programme complet Préliminaires et finales

CHAPITRE 2 – INVITATIONS

On appelle « invitation » toute compétition provinciale ou régionale sanctionnée qui n'est ni un Festival, ni une Coupe ni un Championnat.

- Les invitations ne concernent que les nageurs inscrits dans la catégorie « compétitif » pour la saison en cours.
- Les nageurs inscrits dans la catégorie « non-compétitif » ont le droit de participer à une (1) invitation avec sanction de type régionale (intraclub, essai de temps régional, invitation régionale) par saison.

1. DIFFÉRENTES FORMES D'INVITATION

Invitation provinciale :

Une invitation provinciale regroupe des nageurs provenant de clubs de plusieurs associations régionales. Des nageurs hors-Québec peuvent y prendre part.

Invitation régionale :

Une invitation régionale regroupe uniquement des nageurs provenant des clubs d'une seule et même association régionale de natation.

Invitation de type « fermée », provinciale ou régionale :

Une invitation fermée accueille des nageurs provenant de clubs préalablement sélectionnés et précisés dans la sanction de compétition. Les clubs non invités ne peuvent y participer.

Essai de temps :

Les essais de temps sont réservés aux situations où un ou des nageurs du même club ou provenant de clubs différents désirent réaliser des performances pour battre un nouveau record (Classe I – Voir CSW 3.5.1) ou l'obtention d'un standard pour une compétition future (classe II – voir CSW 3.5.2). Les sanctions d'essais de temps sont limitées à un maximum de 12 nageurs, et la compétition doit se faire sous le format « finale contre la montre ».

Intraclub :

Un intraclub est une compétition organisée localement pour les membres d'un seul club. Tous les nageurs de tous les calibres peuvent y prendre part (à l'exception des maîtres nageurs pour qui une sanction distincte doit être demandée).

2. PÉNALITÉ POUR UN NAGEUR NON-INSCRIT AYANT PARTICIPÉ À UNE COMPÉTITION

- Pour un nageur non inscrit dans le site national d'inscription, le club aura l'obligation d'inscrire le nageur dans les jours suivants et une pénalité de 50 \$ par nageur sera envoyée au club fautif.
- Pour un nageur déjà inscrit dans le site national d'inscription, la Fédération de natation du Québec procèdera à son changement de statut au moment où elle reçoit le rapport de validation de Natation Canada. Le nageur sera inscrit comme nageur compétitif. Des frais administratifs de **20 \$ seront facturés par la FNQ** pour le changement de catégorie.
- La FNQ procèdera par facturation au club fautif selon les modalités de facturation prévues à la présente politique.
- Un club en défaut de paiement des pénalités, 90 jours après la date de facturation, pourra se voir suspendu de tous ses droits et privilèges.

3. INVITATIONS RÉGIONALES ET PROVINCIALES

OBJECTIF DE COMPÉTITION	Offrir des opportunités de compétitionner localement, dans la région ou à travers la province
RENSEIGNEMENTS TECHNIQUES	<ul style="list-style-type: none"> • Pour une invitation provinciale, tous les clubs en règle québécois ou hors-province peuvent être invités. • Pour une invitation régionale, seuls les clubs d'une même association régionale peuvent être invités. <p><u>Spécifique aux invitations régionales</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Suggestion : Identification des infractions = des « oups ».
FORMAT DES RENCONTRES	<p>À la discrétion du comité organisateur</p> <ul style="list-style-type: none"> • Finales contre la montre en bassin de 25m ou de 50m. • Préliminaires et finales en bassin de 25m ou de 50m. • Des temps de qualification pourraient être demandés pour certains groupes d'âge. • Les deux sexes et les groupes d'âge pourront être combinés pour compétitionner ensemble dans une même session , mais les résultats doivent être produits en tenant compte du sexe et de l'âge des participants. • Nombre d'épreuves par nageur et programme proposé laissé à la discrétion du comité organisateur. • Attention ! Les nageurs 12 ans et moins doivent uniquement nager des finales contre la montre.
SANCTION	<p>Toutes les rencontres doivent être sanctionnées par la Fédération de natation du Québec sur le site de Natation Canada.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aucune sanction d'invitation avec finale ne sera accordée au mois de septembre et octobre • Une invitation Intraclub ou essai de temps peut avoir lieu en tout temps • Aucune autorisation de sanction d'invitation de niveau régional et provincial de 17 ans et moins ne sera émise les mêmes fins de semaines que les Coupes des régions • Aucune autorisation de sanction d'invitation de niveau régional et provincial de 10 ans et moins ne sera émise la même fin de semaine que la Mini Coupe • Aucune autorisation de sanction d'invitation de niveau régional et provincial ne sera émise les mêmes fins de semaines que les Festivals par équipe. <p><u>Spécifique aux invitations provinciales</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Aucune autorisation de sanction d'invitation de niveau provincial ne sera émise les mêmes fins de semaines que les COUPES DU QUÉBEC & CHAMPIONNAT PROVINCIAL
CATÉGORIES DE NAGEURS ADMISSIBLES	<ul style="list-style-type: none"> • Nageurs inscrits dans la catégorie « compétitif »*à la FNQ sont admissibles. • Pour toutes les compétitions, sans exception, l'admissibilité du nageur est calculée selon l'âge du nageur au premier jour de compétition. <p><i>* Les nageurs inscrits dans la catégorie « non-compétitif » ont le droit de participer à une (1) compétition avec sanction de type régionale (intraclub, essais de temps régional, invitation régionale) par saison.</i></p> <p><u>Spécifique aux invitations provinciales</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Les nageurs de l'extérieur du Québec doivent être inscrits auprès de leur propre fédération.
PARANATATION ET CRITÈRES D'ADMISSIBILITÉ	<p>Catégorie spécifique à la paranatation à la discrétion du comité organisateur</p> <p><u>Spécifique aux invitations provinciales</u></p> <p>Pour participer à des épreuves spécifiques de paranatation, un paranageur devra être classifié au minimum de niveau 2.</p>
RÉCOMPENSES	Au choix du comité organisateur
IMPORTANT	Chaque club devra obligatoirement avoir un entraîneur exclusivement dédié à sa fonction d'entraîneur durant une invitation. Un entraîneur ne pourra donc pas compétitionner si celui-ci est le seul entraîneur présent de son club.

CHAPITRE 3 – FESTIVAL, COUPES & CHAMPIONNAT

1. TEMPS DE QUALIFICATION - NATATION & PARANATATION

Les temps de qualification sont disponibles en ligne sur le site Internet de la FNQ.

<http://www.fnq.qc.ca/disciplines/disciplines-guide-technique/>

****La version sur le site web demeure en tout temps la version officielle qui prévaut****

2. ÉCHÉANCIER DE LA PROCÉDURE D'INSCRIPTION

Des responsables nommés par la FNQ seront chargés de gérer les inscriptions des coupes du Québec et championnat; les informations seront accessibles sur la page d'accueil www.fnq.qc.ca.

Tous les clubs, entraîneurs et comités organisateurs doivent respecter l'échéancier de la procédure d'inscription pour tous les Coupes du Québec, Coupes des Régions, Championnat Provincial, Mini Coupe et Festival par équipe.

Date	Étapes
2 ^e lundi avant la compétition	Date limite du dépôt des inscriptions sur le site de Natation Canada par le club désirant participer à la compétition. Après cette date : <ul style="list-style-type: none">• Il sera encore possible d'inscrire un club ou un nageur, cependant les frais d'inscription seront doublés.• Chaque changement autre que des retraits/forfaits déclarés sur des inscriptions déjà soumises sera chargé 25\$ (ajout d'épreuve, changement de temps d'inscription, etc.)• Les frais d'inscription ainsi que les pénalités relatives aux inscriptions devront être acquittés au commis de course avant le début de la compétition.
Dimanche soir minuit précédant la compétition	Aucun ajout ou modification ne seront acceptés, les inscriptions sont considérées comme définitives.
1 ^{er} lundi avant la compétition	Publication finale de la liste du pré-classement (psych sheets) et du bulletin technique sur le site web de la FNQ ainsi que par courriel.

3. PÉNALITÉ POUR FORFAITS TARDIFS POUR LES COUPES DU QUÉBEC ET CHAMPIONNAT PROVINCIAL

Une pénalité financière sera appliquée pour tout forfait non-déclaré dans la période autorisée détaillée dans l'invitation, en préliminaire comme en finale.

La même pénalité sera appliquée pour tout nageur qui ne terminerait pas sa course sans raison valable.

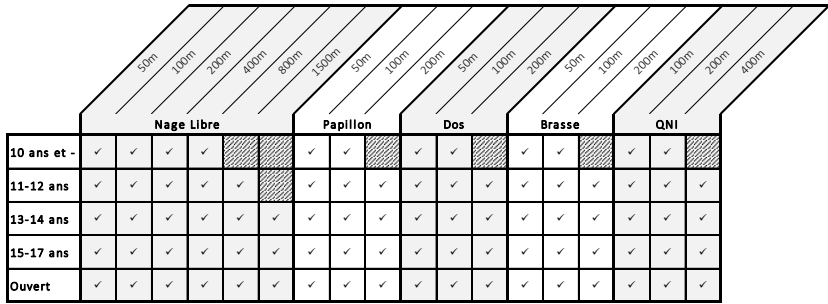
Les pénalités devront être payées selon la procédure détaillée dans l'invitation et/ou le bulletin technique.

Note importante : aucun comité organisateur n'est autorisé à ajouter une pénalité autre que celles indiquées dans l'invitation officielle sanctionnée par la Fédération de natation du Québec. Ceci est applicable pour tous les championnats provinciaux, les festivals et les Coupes du Québec.

4. 1^{er} DÉFI VIRTUEL

Objectif de l'événement	Proposer un événement motivant pouvant permettre aux nageurs de se comparer les uns aux autres tout en compétitionnant à distance, dans des événements différents.																																																								
Catégories d'âge	<ul style="list-style-type: none"> • 10 ans et moins • 11-12 ans • 13-14 ans • 15-17 ans • 18 ans et plus 																																																								
Déroulement	<p>Tous les résultats obtenus par les nageurs dans des compétitions sanctionnées entre le 1^{er} octobre et le 20 décembre 2020 seront compilés dans un classement virtuel.</p> <p>Des classements intermédiaires – et non officiels - seront établis à la fin des mois d'octobre et novembre, puis le classement final sera établi au 20 décembre, et prendra en compte tous les résultats faits depuis le 1^{er} octobre.</p> <p>Dans le cas où aucune compétition ne serait sanctionnée durant cette période, des résultats non-officiels seraient alors compilés (tests en entraînement par exemple).</p> <p>Les nageurs seront classés par sexe et par catégorie d'âge en additionnant les points FINA obtenus dans chaque épreuve de chaque combiné ci-dessous :</p> <table border="1" data-bbox="464 873 1487 1402"> <thead> <tr> <th>Combiné</th> <th>1</th> <th>2</th> <th>3</th> <th>4</th> <th>5</th> <th>6</th> <th>7</th> </tr> <tr> <th>Épreuves</th> <th>Nage Libre <i>Sprint</i></th> <th>Nage Libre <i>Mi-Distance</i></th> <th>Nage Libre <i>Demi-fond</i></th> <th>QNI</th> <th>Papillon</th> <th>Dos</th> <th>Brasse</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>10 ans et moins</td> <td>50m 100m</td> <td>200m</td> <td></td> <td>100m</td> <td>50m 100m</td> <td>50m 100m</td> <td>50m 100m</td> </tr> <tr> <td>11-12 ans</td> <td>50m 100m</td> <td>200m 400m</td> <td>800m</td> <td>200m 400m</td> <td>50m 100m 200m</td> <td>50m 100m 200m</td> <td>50m 100m 200m</td> </tr> <tr> <td>13-14 ans</td> <td>50m 100m</td> <td>200m 400m</td> <td>800m 1500m</td> <td>200m 400m</td> <td>50m 100m 200m</td> <td>50m 100m 200m</td> <td>50m 100m 200m</td> </tr> <tr> <td>15-17 ans</td> <td>50m 100m</td> <td>200m 400m</td> <td>800m 1500m</td> <td>200m 400m</td> <td>50m 100m 200m</td> <td>50m 100m 200m</td> <td>50m 100m 200m</td> </tr> <tr> <td>18 ans et plus</td> <td>50m 100m</td> <td>200m 400m</td> <td>800m 1500m</td> <td>200m 400m</td> <td>50m 100m 200m</td> <td>50m 100m 200m</td> <td>50m 100m 200m</td> </tr> </tbody> </table> <p>Important :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pour intégrer le classement, un nageur doit avoir des performances enregistrées dans chaque épreuve du combiné. • Pour chaque épreuve, le meilleur pointage FINA de chaque nageur sera retenu pour établir le classement, indépendamment si l'épreuve a été nagée en bassin de 25m ou 50m. • Un même nageur peut figurer dans plusieurs combinés. • Un même nageur peut également figurer dans plusieurs catégories d'âge (s'il change d'âge en milieu de défi). Dans ce cas, les performances faites dans la catégorie d'âge inférieure ne pourront pas être reportées à la catégorie d'âge supérieure. 	Combiné	1	2	3	4	5	6	7	Épreuves	Nage Libre <i>Sprint</i>	Nage Libre <i>Mi-Distance</i>	Nage Libre <i>Demi-fond</i>	QNI	Papillon	Dos	Brasse	10 ans et moins	50m 100m	200m		100m	50m 100m	50m 100m	50m 100m	11-12 ans	50m 100m	200m 400m	800m	200m 400m	50m 100m 200m	50m 100m 200m	50m 100m 200m	13-14 ans	50m 100m	200m 400m	800m 1500m	200m 400m	50m 100m 200m	50m 100m 200m	50m 100m 200m	15-17 ans	50m 100m	200m 400m	800m 1500m	200m 400m	50m 100m 200m	50m 100m 200m	50m 100m 200m	18 ans et plus	50m 100m	200m 400m	800m 1500m	200m 400m	50m 100m 200m	50m 100m 200m	50m 100m 200m
Combiné	1	2	3	4	5	6	7																																																		
Épreuves	Nage Libre <i>Sprint</i>	Nage Libre <i>Mi-Distance</i>	Nage Libre <i>Demi-fond</i>	QNI	Papillon	Dos	Brasse																																																		
10 ans et moins	50m 100m	200m		100m	50m 100m	50m 100m	50m 100m																																																		
11-12 ans	50m 100m	200m 400m	800m	200m 400m	50m 100m 200m	50m 100m 200m	50m 100m 200m																																																		
13-14 ans	50m 100m	200m 400m	800m 1500m	200m 400m	50m 100m 200m	50m 100m 200m	50m 100m 200m																																																		
15-17 ans	50m 100m	200m 400m	800m 1500m	200m 400m	50m 100m 200m	50m 100m 200m	50m 100m 200m																																																		
18 ans et plus	50m 100m	200m 400m	800m 1500m	200m 400m	50m 100m 200m	50m 100m 200m	50m 100m 200m																																																		
Récompenses	Chaque vainqueur de chaque combiné recevra une médaille du Défi virtuel																																																								

5. 2^{ème} DÉFI VIRTUEL – AJOUT 2021

Objectif de l'événement	Proposer un événement motivant pouvant permettre aux nageurs de se comparer les uns aux autres tout en compétitionnant à distance, dans des événements différents.																																														
Catégories d'âge	<ul style="list-style-type: none"> • 10 ans et moins • 11-12 ans • 13-14 ans • 15-17 ans • Ouvert • L'âge pris en compte est celui du nageur au 30 avril 2021 																																														
Déroulement	<p>Tous les résultats obtenus par les nageurs dans des compétitions sanctionnées ainsi que durant des tests d'entraînement entre le 1^{er} janvier et le 30 avril 2021 seront compilés dans un défi virtuel.</p> <p>Il y aura deux types de classements dans le défi :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- Un classement combiné, réservé aux nageurs Junior (17 ans et moins) 2- Un classement par épreuve, pour chacune des épreuves du programme. <p>Important :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Il sera possible de soumettre des temps effectués en bassin de 25m ou 50m. • Afin d'établir le classement, les temps soumis en bassin de 50m seront automatiquement convertis par le comité organisateur. <u>Aucune conversion par les entraîneurs ne sera nécessaire.</u> • Le nombre d'épreuves par nageur n'est pas limité. <p>Épreuves proposées :</p>  <p>Le diagramme ci-dessus illustre les épreuves proposées pour cinq catégories d'âge (10 ans et moins, 11-12 ans, 13-14 ans, 15-17 ans, et Ouvert) à travers cinq styles de nage (Nage Libre, Papillon, Dos, Brasse, et QNI). Les distances indiquées sont 50m, 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 50m, 100m, 200m, 50m, 100m, 200m, 50m, 100m, 200m, 100m, 200m, et 400m. Les cases à l'intersection d'une ligne d'âge et d'une colonne d'épreuve sont marquées d'une croix (✓) si l'épreuve est proposée, ou d'une case hachurée si elle ne l'est pas.</p> <p>Classement combiné :</p> <p>Un classement par sexe et par groupe d'âge sera établi, dans lequel les nageurs Junior remporteront des points dans chaque épreuve soumise selon le barème suivant :</p> <table border="1" data-bbox="480 1461 1474 1583"> <thead> <tr> <th rowspan="2"></th> <th colspan="8">Classement</th> <th rowspan="2">Et après</th> </tr> <tr> <th>1</th> <th>2</th> <th>3</th> <th>4</th> <th>5</th> <th>6</th> <th>7</th> <th>8</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>50m</td> <td>30</td> <td>26</td> <td>22</td> <td>18</td> <td>16</td> <td>14</td> <td>12</td> <td>10</td> <td rowspan="3">-1 point par position</td> </tr> <tr> <td>100m</td> <td>35</td> <td>31</td> <td>27</td> <td>23</td> <td>21</td> <td>19</td> <td>17</td> <td>15</td> </tr> <tr> <td>200m et +</td> <td>40</td> <td>36</td> <td>32</td> <td>28</td> <td>26</td> <td>24</td> <td>22</td> <td>20</td> </tr> </tbody> </table> <p>Les 5 meilleurs pointages de chaque nageur seront additionnés, et le vainqueur du combiné sera celui qui a obtenu le plus haut total de sa catégorie d'âge.</p> <p>Classement par épreuve</p> <ul style="list-style-type: none"> • Le classement par épreuve permettra de déterminer le nageur québécois le plus rapide pour chaque épreuve du programme. • Il y aura un classement homme et un classement femmes, pour chaque catégorie d'âge. 		Classement								Et après	1	2	3	4	5	6	7	8	50m	30	26	22	18	16	14	12	10	-1 point par position	100m	35	31	27	23	21	19	17	15	200m et +	40	36	32	28	26	24	22	20
	Classement								Et après																																						
	1	2	3	4	5	6	7	8																																							
50m	30	26	22	18	16	14	12	10	-1 point par position																																						
100m	35	31	27	23	21	19	17	15																																							
200m et +	40	36	32	28	26	24	22	20																																							

6. FESTIVAL PAR ÉQUIPE – COMPÉTITION ANNULÉE EN 2020

Objectif de compétition	Proposer une compétition stimulante afin de renforcer la cohésion d'équipe et rechercher les premières performances de la saison.
Format de rencontre	<ul style="list-style-type: none"> • 3 sessions réparties sur 2 journées : <ul style="list-style-type: none"> ○ Samedi après-midi ○ Dimanche matin ○ Dimanche après-midi • Préliminaires et finales en 25m
Admissibilité	<ul style="list-style-type: none"> • Nageurs de 11 ans et plus (âge au premier jour de la compétition), inscrits « compétitifs » à la FNQ pour la saison en cours. • Nageurs génériques <ul style="list-style-type: none"> ○ Il n'y a aucun temps de qualification pour cette compétition • Paranageurs <ul style="list-style-type: none"> ○ Être classifié, au minimum, de niveau 2 pour avoir le droit de participer
Catégorie d'âge	<ul style="list-style-type: none"> • 11-12 ans • 13-14 ans • 15-17 ans • 18 ans et plus • Important : pour les sections 4 et 5, les catégories 15-17 ans et 18 ans et plus seront fusionnées en une catégorie « 15 ans et plus ».
Période de qualification & Inscription	<ul style="list-style-type: none"> • Inscription dans les épreuves individuelles et les relais : les nageurs doivent obligatoirement avoir été inscrits avec un temps prouvé effectué lors d'une compétition sanctionnée par la Fédération de natation du Québec (ou un organisme affilié à la FINA) au plus tard à la date limite d'inscription • Les preuves de temps sont exigées au moment de l'envoi des inscriptions. • Aucune inscription sans temps (NT) ne sera acceptée. <p>Nombre d'épreuves : maximum de 5 épreuves individuelles par nageur</p>
Épreuves au programme	<ul style="list-style-type: none"> • Épreuves individuelles : <ul style="list-style-type: none"> ○ Libre : 50m, 100m, 400m, 800m ○ Brasse : 50m, 100m ○ Dos : 50m, 100m ○ Papillon : 50m, 100m ○ QNI : 100m, 200m et 400m • Relais : <ul style="list-style-type: none"> ○ 4x50 QN H-F, ○ 4x100m QN mixte ○ 4x100m Libre H-F ○ 8x50m Libre mixte (*) ○ 8x100m Libre mixte (*) ○ 8x200m Libre mixte (*) <p>(*) Un seul relais par club – un représentant par catégorie d'âge et par sexe.</p>

ÉDITION 2020 ANNULÉE

Finales	<ul style="list-style-type: none"> 50m libre, 100m QNI et 100m Libre : pour chaque sexe et chaque catégorie d'âge, il y aura des préliminaires, demi-finales et une finale dans laquelle 4 nageurs seulement seront qualifiés. Toutes les autres épreuves seront nagées « Finale contre la montre » 																																
Relais	<ul style="list-style-type: none"> Un nageur ne peut participer qu'à un seul groupe d'âge par épreuve de relais. Pour chaque épreuve de relais du programme, un club ne peut inscrire qu'une seule équipe par groupe d'âge. 																																
Classement des équipes	<ul style="list-style-type: none"> Épreuves individuelles : <ul style="list-style-type: none"> Le nombre de nageurs « x » pouvant marquer des points est équivalent au nombre de nageurs contenu dans deux (2) séries complètes. Le nombre « x » dépend donc de la taille du bassin qui accueille la compétition. Les « x » premiers nageurs peuvent marquer des points : <ul style="list-style-type: none"> Pour les épreuves sans finale, les « x » meilleurs temps au classement final Pour les épreuves avec finale, les « x » nageurs demi-finalistes. Les finalistes seront classés de 1 à 4, puis les autres nageurs demi-finalistes seront classés de 5 à « x ». Épreuves « finale contre la montre » : victoire à 30 points Épreuves avec finales : victoire à 60 points Relais : <ul style="list-style-type: none"> Victoire à 60 points Relais 8x50m, 8x100m et 8x200m : victoire à 100 points 																																
Récompenses	<p>Les trois premiers nageurs de chaque épreuve individuelle et de relais recevront une médaille (bronze- argent-or).</p> <p>Équipe gagnante : une bannière sera remise à l'équipe qui aura cumulé le meilleur pointage</p> <ul style="list-style-type: none"> Esprit sportif : une bannière sera remise à l'équipe qui se sera démarquée par son esprit sportif suite à un vote. Équipe par excellence : une bannière sera remise à l'équipe qui aura récolté le meilleur ratio entre le nombre de points récoltés et le nombre d'épreuves nagées - Accessible aux équipes ayant un minimum de 4 nageurs participants. 																																
Programme	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Session 1 Samedi PM</th> <th>Session 2 Dimanche AM</th> <th>Session 3 Dimanche PM</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>50m Libre préliminaires</td> <td>100m Libre préliminaires</td> <td>100m QNI préliminaires</td> </tr> <tr> <td>Relais 8x200m Libre mixte</td> <td>Relais 4x100m QN mixte</td> <td>Relais 8x100m Libre mixte</td> </tr> <tr> <td>50m Dos</td> <td>50m Brasse</td> <td>50m Papillon</td> </tr> <tr> <td>100m Brasse</td> <td>200m QNI</td> <td>100m Dos</td> </tr> <tr> <td>50m Libre demi-finale</td> <td>100m Libre demi-finales</td> <td>100m QNI Demi-finales</td> </tr> <tr> <td>400m QNI</td> <td>400m Libre</td> <td>800m Libre</td> </tr> <tr> <td>100m Papillon</td> <td>100m Libre finales</td> <td>100m QNI finales</td> </tr> <tr> <td>50m Libre finale</td> <td>Relais 4x50m QN mixte</td> <td>Relais 8x50m Libre mixte</td> </tr> <tr> <td>Relais 4x100m Libre H-F</td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Session 1 Samedi PM	Session 2 Dimanche AM	Session 3 Dimanche PM	50m Libre préliminaires	100m Libre préliminaires	100m QNI préliminaires	Relais 8x200m Libre mixte	Relais 4x100m QN mixte	Relais 8x100m Libre mixte	50m Dos	50m Brasse	50m Papillon	100m Brasse	200m QNI	100m Dos	50m Libre demi-finale	100m Libre demi-finales	100m QNI Demi-finales	400m QNI	400m Libre	800m Libre	100m Papillon	100m Libre finales	100m QNI finales	50m Libre finale	Relais 4x50m QN mixte	Relais 8x50m Libre mixte	Relais 4x100m Libre H-F				
Session 1 Samedi PM	Session 2 Dimanche AM	Session 3 Dimanche PM																															
50m Libre préliminaires	100m Libre préliminaires	100m QNI préliminaires																															
Relais 8x200m Libre mixte	Relais 4x100m QN mixte	Relais 8x100m Libre mixte																															
50m Dos	50m Brasse	50m Papillon																															
100m Brasse	200m QNI	100m Dos																															
50m Libre demi-finale	100m Libre demi-finales	100m QNI Demi-finales																															
400m QNI	400m Libre	800m Libre																															
100m Papillon	100m Libre finales	100m QNI finales																															
50m Libre finale	Relais 4x50m QN mixte	Relais 8x50m Libre mixte																															
Relais 4x100m Libre H-F																																	
Entraîneurs	<ul style="list-style-type: none"> Pour pouvoir être présent sur le bord du bassin, chaque entraîneur doit avoir minimalement obtenu le statut «certifié» de la formation Natation 101- Entraîneur des fondements de la natation (voir détails dans le Règlement de sécurité en piscine) Chaque club devra obligatoirement avoir un entraîneur exclusivement dédié à sa fonction d'entraîneur. Un entraîneur ne pourra donc pas compétitionner si celui-ci est le seul entraîneur présent de son club. 																																

ÉDITION 2020 ANNULÉE

7. MINI COUPE

Objectif de la compétition	Proposer un événement rassembleur en fin de saison, motivant pour les nageurs de 10 ans et moins, et instructif pour les parents qui pourront être informés sur les programmes provinciaux.
Format de rencontre	<ul style="list-style-type: none"> • Bassin : 25m • 2 sessions réparties sur 2 jours • Pas de catégorie spécifique de paranatation. • Épreuves nagées mixtes, finale contre la montre. • Les nageurs représenteront leur association régionale, et non leur club. • Mini Coupe séparée en 2 groupes – Section « est » et section « ouest », organisées simultanément, avec 500 nageurs maximum par groupe
Admissibilité	<ul style="list-style-type: none"> • Nageurs de 10 ans et moins (âge au premier jour de la compétition) inscrits dans la catégorie « compétitif » à la FNQ pour la saison en cours. • Critères d'admissibilité laissés à la discrétion de chaque association régionale. • Le nombre de place attribué à chaque association régionale sera proportionnel à leur nombre de nageurs inscrits dans la catégorie « compétitif 10 ans et moins » au 31 octobre de la saison en cours. • Chaque association régionale devra faire parvenir à la FNQ ses critères de sélection au plus tard au 31 octobre de la saison en cours.
Catégorie d'âge	10 ans et moins
Période de qualification et inscriptions	<ul style="list-style-type: none"> • Période de qualification : du 1^{er} septembre de la saison en cours précédente à la date limite d'inscription. • Inscription dans les épreuves individuelles : les nageurs doivent obligatoirement avoir été inscrits avec leur meilleur temps prouvé effectué durant la période de qualification lors d'une compétition sanctionnée par la Fédération de natation du Québec (ou un organisme affilié à la FINA) Les preuves de temps sont exigées au moment de l'envoi des inscriptions. Aucune inscription sans temps (NT) ne sera acceptée. • Nombre d'épreuves individuelles par nageur : 3 maximum par session
Épreuves au programme	<ul style="list-style-type: none"> • Épreuves individuelles : 50m et 100m de chaque style, 100m QNI, 200m QNI et 400m Libre (*). • Relais : 4x50m Libre, 4x50m QN, 4x100m Libre, 4x100m QN, • Un relais d'animation (<i>format à déterminer</i>) • Les épreuves hors-concours ne sont pas autorisées <p>(*) Le nombre de places est limité, 3 vagues complètes maximum seront autorisées à nager le 400m Libre (toutes catégories et sexes confondus). Les meilleurs temps prouvés seront classés indépendamment qu'ils aient été faits en 25m ou en 50m</p>
Récompenses	<ul style="list-style-type: none"> • Les 3 premiers de chaque épreuve de chaque groupe gagneront une médaille • Prix de participation pour tous les nageurs
Entraîneurs	<ul style="list-style-type: none"> • Pour pouvoir être présent sur le bord du bassin, chaque entraîneur doit avoir minimalement obtenu le statut « certifié » de la formation Natation 101- Entraîneur des fondements de la natation (voir détails dans le Règlement de sécurité en piscine)

8. COUPE DES RÉGIONS

Objectif de la compétition	Proposer un événement adapté aux réalités de chaque association régionale, qui agit comme dernière marche avant de pouvoir accéder au niveau provincial Junior ou Senior.
Format de rencontre	<ul style="list-style-type: none"> • Bassin : 25m • De 4 à 6 sessions, à la discrétion de chaque association régionale • Finale A par catégorie d'âge au minimum. Format précis des finales laissé à la discrétion de chaque association régionale • Catégorie spécifique de paranatation laissé à la discrétion de chaque association régionale • Possibilité de faire des regroupements d'associations régionales; et ces regroupements peuvent différer d'une fois sur l'autre.
Admissibilité des nageurs	<ul style="list-style-type: none"> • Nageurs de 17 ans et moins (âge au premier jour de la compétition) inscrits dans la catégorie « compétitif » à la FNQ pour la saison en cours. • Les nageurs de l'extérieur du Québec doivent être inscrits auprès de leur propre fédération. • Standards de qualification laissés à la discrétion de chaque association régionale. • Un nageur affilié avec le statut « sans-attache » suite à une procédure de transfert pourra compétitionner dans la Coupe des Régions avec le club vers lequel il est en attente de transfert. Toutefois, il ne pourra remporter aucun point pour un club(pourra participer à un relais, mais le relais ne fera aucun point).
Catégories d'âge	<ul style="list-style-type: none"> • 11-12 ans <u>ou</u> 12 ans et moins (choix à la discrétion de chaque association régionale) • 13-14 ans • 15-17 ans
Période de qualification et inscriptions	<ul style="list-style-type: none"> • Période de qualification : entre le 1^{er} mai septembre de la saison précédente et la date limite d'inscription. • Inscription dans les épreuves individuelles : les nageurs doivent obligatoirement avoir été inscrits avec leur meilleur temps prouvé effectué durant la période de qualification lors d'une compétition sanctionnée par la Fédération de natation du Québec (ou un organisme affilié à la FINA) Les preuves de temps sont exigées au moment de l'envoi des inscriptions. Aucune inscription sans temps (NT) ne sera acceptée. • Nombre d'épreuves individuelles par nageur : laissé à la discrétion de chaque association régionale • Important : il sera à la discrétion de comité organisateur de déterminer si les nageurs peuvent nager les épreuves dans lesquelles ils ont obtenu des standards provinciaux ; et s'ils les nagent « hors concours » ou pas.
Épreuves au programme	<p>Épreuves individuelles :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Programme complet (programme olympique + 50m de spécialité). • Exclusion : le 1500m Nage Libre ne pourra pas être offert aux nageurs de 12 ans et moins <p>Relais : 1 relais minimum obligatoire par session</p>
Épreuve bonus	À la discrétion de chaque association régionale

<p>Classement des équipes</p>	<ul style="list-style-type: none"> Les longues distances marqueront davantage de points que les courtes distances Épreuves individuelles : seuls les nageurs finalistes marqueront des points selon un barème dégressif basé sur le modèle suivant (exemple d'une piscine 8 corridors) : <table border="1" data-bbox="500 359 1463 621"> <thead> <tr> <th colspan="9">Classement</th> </tr> <tr> <th></th> <th>1</th> <th>2</th> <th>3</th> <th>4</th> <th>5</th> <th>6</th> <th>7</th> <th>8</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>50m</td> <td>30</td> <td>26</td> <td>22</td> <td>18</td> <td>16</td> <td>14</td> <td>12</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>100m</td> <td>35</td> <td>31</td> <td>27</td> <td>23</td> <td>21</td> <td>19</td> <td>17</td> <td>15</td> </tr> <tr> <td>200m</td> <td>40</td> <td>36</td> <td>32</td> <td>28</td> <td>26</td> <td>24</td> <td>22</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>400m</td> <td>45</td> <td>41</td> <td>37</td> <td>33</td> <td>31</td> <td>29</td> <td>27</td> <td>25</td> </tr> <tr> <td>800m / 1500m</td> <td>50</td> <td>46</td> <td>42</td> <td>38</td> <td>36</td> <td>34</td> <td>32</td> <td>30</td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> Lors des épreuves nagées « finale contre la montre », c'est le classement final qui déterminera le pointage, indépendamment de la série dans laquelle le nageur a compétitionné selon le barème ci-dessus. Relais : pointage doublé par rapport à l'épreuve individuelle correspondante (victoire au 4x50m = double de points que le 50m individuel) Points bonis : <ul style="list-style-type: none"> Un bonus de 2 points sera accordé à l'équipe à chaque fois qu'un nageur battra son temps d'inscription dans une épreuve individuelle, en préliminaire et en finale. Un bonus de 5 points sera accordé pour tout standard Coupe du Québec Junior nouvellement obtenu Un bonus de 50 points sera accordé pour tout record provincial battu dans une épreuve individuelle (gain de points doublé pour un relais) Les équipes seront récompensées selon 3 critères: <ul style="list-style-type: none"> Meilleur pointage : calculé en additionnant tous les points obtenus dans les épreuves individuelles et les relais de l'équipe. Équipe par excellence : Calculé en divisant les points obtenus par l'équipe par le nombre d'épreuves nagées - Accessible aux équipes ayant un minimum de 4 nageurs participants Meilleur pourcentage d'amélioration : moyenne des pourcentages d'amélioration de chaque nageur de l'équipe dans les épreuves individuelles. 	Classement										1	2	3	4	5	6	7	8	50m	30	26	22	18	16	14	12	10	100m	35	31	27	23	21	19	17	15	200m	40	36	32	28	26	24	22	20	400m	45	41	37	33	31	29	27	25	800m / 1500m	50	46	42	38	36	34	32	30
Classement																																																																
	1	2	3	4	5	6	7	8																																																								
50m	30	26	22	18	16	14	12	10																																																								
100m	35	31	27	23	21	19	17	15																																																								
200m	40	36	32	28	26	24	22	20																																																								
400m	45	41	37	33	31	29	27	25																																																								
800m / 1500m	50	46	42	38	36	34	32	30																																																								
<p>Récompenses</p>	<ul style="list-style-type: none"> A la discrétion de chaque association régionale Un gabarit de médaille sera proposé par la FNQ 																																																															
<p>Frais de participation</p>	<ul style="list-style-type: none"> Frais fixes par nageur obligatoires Frais par épreuve à la discrétion de chaque association régionale 																																																															
<p>Pénalités</p>	<p>Pénalités pour forfait tardif laissées à la discrétion de chaque association régionale.</p>																																																															
<p>Entraîneurs</p>	<ul style="list-style-type: none"> Pour pouvoir être présent sur le bord du bassin, chaque entraîneur doit avoir minimalement obtenu le statut «certifié» de la formation Natation 101- Entraîneur des fondements de la natation (voir détails dans le Règlement de sécurité en piscine) Chaque club devra obligatoirement avoir un entraîneur exclusivement dédié à sa fonction d'entraîneur. Un entraîneur ne pourra donc pas compétitionner si celui-ci est le seul entraîneur présent de son club. 																																																															

9. COUPE DU QUÉBEC JUNIOR

Objectif de compétition	Permet aux meilleurs athlètes Junior du Québec de se mesurer entre eux, et de se préparer à la Coupe du Québec Senior et/ou aux championnats canadiens.
Format de rencontre	<ul style="list-style-type: none"> • Préliminaires et finales en 50m • 7 sessions réparties sur 3 jours et demi. • Pas de catégorie spécifique en paranatation
Admissibilité des clubs	<ul style="list-style-type: none"> • Afin qu'un club puisse participer à la Coupe du Québec Junior, l'entraîneur en chef doit avoir obtenu le statut « certifié » de la formation Natation 201 – Entraîneur groupe d'âge avant le début de la compétition.
Admissibilité des nageurs	<ul style="list-style-type: none"> • Nageurs de 17 ans et moins (au premier jour de la compétition) inscrits dans la catégorie « compétitif » à la FNQ pour la saison en cours. • Les nageurs de l'extérieur du Québec doivent être inscrits auprès de leur propre fédération. • Un nageur affilié avec le statut « sans-attache » suite à une procédure de transfert pourra compétitionner dans la Coupe du Québec Junior avec le club vers lequel il est en attente de transfert. Toutefois, il ne pourra remporter aucun point pour un club. • Nageurs génériques <ul style="list-style-type: none"> ○ Les nageurs doivent avoir réalisé au moins un temps de qualification « Coupe du Québec Junior ». • Paranageurs <ul style="list-style-type: none"> ○ Un paranageur peut participer s'il respecte les critères d'admissibilité décrits plus haut.
Catégories d'âge	<ul style="list-style-type: none"> • 12 ans et moins • 13-14 ans • 15-17 ans
Période de qualification & Inscription	<ul style="list-style-type: none"> • Période de qualification : entre le 1^{er} mai de la saison précédente 1^{er} mai 2019 et la date limite d'inscription. • Inscription dans les épreuves individuelles et les relais : les nageurs doivent obligatoirement avoir été inscrits avec leur meilleur temps prouvé effectué durant la période de qualification lors d'une compétition sanctionnée par la Fédération de natation du Québec (ou un organisme affilié à la FINA). Les preuves de temps sont exigées au moment de l'envoi des inscriptions. Aucune inscription sans temps (NT) ne sera acceptée. • Nombre d'épreuves par nageur : aucune limitation du nombre d'épreuves individuelles par nageur <i>Important : dans le cas où la compétition serait jugée trop longue, il pourrait être demandé de plafonner le nombre d'inscriptions individuelles par nageur.</i>
Épreuves au programme	<ul style="list-style-type: none"> • Libre : 50m, 100m, 200m 400m, 800m, 1500m et 3000m (*) • Brasse : 50m, 100m et 200m • Dos : 50m, 100m et 200m • Papillon : 50m, 100m et 200m • QNI : 200m et 400m • Relais : 4x50m Libre H-F, 4x100m Libre H-F, 4x200m Libre H-F, 4x50 QN H-F, et 4x100m QN mixte et 6x50m Libre mixte (**) • Les épreuves hors-concours ne sont pas autorisées

ÉDITION 2021 ANNULÉE

	<p>(*) Le 3000m n'est accessible qu'aux nageurs qui ont réussi le standard « Coupe du Québec Junior » au 1500m Libre de leur catégorie d'âge. Maximum de 20 nageurs par sexe, toutes catégories confondues.</p> <p>(**) Spécificités du 6x50m : un seul relais par club – un représentant par catégorie d'âge et par sexe.</p>																																																																														
Épreuves bonus	<p>Indépendamment du nombre de standards réussis par le nageur :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Catégorie 12 ans et moins : 3 épreuves bonus maximum • Catégorie 13-14 ans : 2 épreuves bonus maximum • Catégorie 15-17 ans : 1 épreuve bonus maximum <p>Les 800m, 1500m et 3000m ne sont pas accessibles comme courses bonus.</p>																																																																														
Finales	<ul style="list-style-type: none"> • 2 nageurs hors Québec maximum par finale A. Aucune restriction pour les autres finales. • Catégorie 11-12 ans : Finale A de 50m à 400m – Les 800m/1500m seront nagés finale contre la montre • Catégorie 13-14 ans : Finale A et B de 50m à 400m – Les 800m/1500m seront nagés finale contre la montre • Catégorie 15-17 ans : Finale A et B de 50m à 400m – Les 800m/1500m seront nagés finale contre la montre • La finale n'est accessible qu'à la condition que le nageur réussisse en préliminaires le temps de qualification dans l'épreuve concernée. • La finale B aura lieu, quel que soit le nombre de nageurs qualifiés. 																																																																														
Relais	<ul style="list-style-type: none"> • Un nageur sera autorisé à participer à toutes les épreuves de relais du programme. • Cependant il ne sera pas autorisé à participer à un même relais (même nom des épreuves) dans des équipes différentes 																																																																														
Classement des équipes	<p>Le gain de points n'est possible qu'à la condition que le nageur réussisse en finale le temps de qualification dans l'épreuve concernée.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les longues distances marqueront davantage de points que les courtes distances • Épreuves individuelles : seuls les nageurs finalistes A et B marqueront des points selon un barème dégressif basé sur le modèle suivant (exemple d'une piscine 10 corridors): <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th rowspan="3"></th> <th colspan="10">Classement</th> </tr> <tr> <th colspan="5">Finale A</th> <th colspan="5">Finale B</th> </tr> <tr> <th>1</th> <th>2</th> <th>3</th> <th>4</th> <th>5 et après</th> <th>11</th> <th>12</th> <th>13</th> <th>14</th> <th>15 et après</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>50m</td> <td>40</td> <td>36</td> <td>32</td> <td>28</td> <td rowspan="5" style="text-align: center; vertical-align: middle;">-2 points par place</td> <td>14</td> <td>12</td> <td>10</td> <td>8</td> <td rowspan="5" style="text-align: center; vertical-align: middle;">-1 point par place</td> </tr> <tr> <td>100m</td> <td>45</td> <td>41</td> <td>37</td> <td>33</td> <td>19</td> <td>17</td> <td>15</td> <td>13</td> </tr> <tr> <td>200m</td> <td>50</td> <td>46</td> <td>42</td> <td>38</td> <td>24</td> <td>22</td> <td>20</td> <td>18</td> </tr> <tr> <td>400m</td> <td>55</td> <td>51</td> <td>47</td> <td>43</td> <td>29</td> <td>27</td> <td>25</td> <td>23</td> </tr> <tr> <td>800m / 1500m / 3000m</td> <td>60</td> <td>56</td> <td>52</td> <td>48</td> <td>34</td> <td>32</td> <td>30</td> <td>28</td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> • Lors des épreuves nagées « finale contre la montre », c'est le classement final qui déterminera le pointage, indépendamment de la série dans laquelle le nageur a compétitionné. • Relais : le pointage doublé par rapport à l'épreuve individuelle correspondante (victoire au 4x50m = double de points que le 50m individuel) • Points bonis : <ul style="list-style-type: none"> ○ Un bonus de 2 points sera accordé à l'équipe à chaque fois qu'un nageur battra son temps d'inscription dans une épreuve individuelle, en préliminaire et en finale. ○ Un bonus de 5 points sera accordé pour tout standard Coupe du Québec Senior obtenu 		Classement										Finale A					Finale B					1	2	3	4	5 et après	11	12	13	14	15 et après	50m	40	36	32	28	-2 points par place	14	12	10	8	-1 point par place	100m	45	41	37	33	19	17	15	13	200m	50	46	42	38	24	22	20	18	400m	55	51	47	43	29	27	25	23	800m / 1500m / 3000m	60	56	52	48	34	32	30	28
	Classement																																																																														
	Finale A					Finale B																																																																									
	1	2	3	4	5 et après	11	12	13	14	15 et après																																																																					
50m	40	36	32	28	-2 points par place	14	12	10	8	-1 point par place																																																																					
100m	45	41	37	33		19	17	15	13																																																																						
200m	50	46	42	38		24	22	20	18																																																																						
400m	55	51	47	43		29	27	25	23																																																																						
800m / 1500m / 3000m	60	56	52	48		34	32	30	28																																																																						

ÉDITION 2021 ANNULÉE

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Un bonus de 50 points sera accordé pour tout record provincial battu dans une épreuve individuelle (gain de points doublé pour un relais)
<p>Récompenses</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Les trois premiers nageurs québécois de chaque épreuve individuelle et de relais recevront une médaille (bronze- argent-or). • Des médailles commémoratives seront offertes pour les athlètes hors province qui se classent parmi les 3 premiers. • Les clubs québécois seront récompensés selon 2 critères : <ul style="list-style-type: none"> ○ Meilleur pointage : calculé en additionnant tous les points obtenus dans les épreuves individuelles et les relais de l'équipe. ○ Équipe par excellence : Calculé en divisant les points obtenus par l'équipe par le nombre d'épreuves nagées - Accessible aux équipes ayant un minimum de 4 nageurs participants <p>Relais des étoiles : les vainqueurs de chaque 100m seront sélectionnés pour compétitionner dans un relais 4x100m QN. Si le temps final de ce relais est plus rapide que l'addition des 100m individuels effectués en finale, ils gagneront une nouvelle bourse</p> <p><i>Si un nageur est éligible dans plus d'une épreuve, il sera retenu dans l'épreuve dans laquelle il a réalisé le meilleur pointage FINA. Dans l'autre épreuve, le nageur suivant au classement sera retenu.</i></p>
<p>Pénalités</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Une pénalité financière sera appliquée pour tout forfait non déclaré dans la période autorisée détaillée dans l'invitation, en préliminaire comme en finale. • La même pénalité sera appliquée pour tout nageur qui ne terminerait pas sa course sans raison valable. • Les pénalités devront être payées selon la procédure détaillée dans l'invitation et/ou le bulletin technique.
<p>Entraîneurs</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pour pouvoir être présent sur le bord du bassin, chaque entraîneur doit avoir minimalement obtenu le statut «certifié» de la formation Natation 101- Entraîneur des fondements de la natation (voir détails dans le Règlement de sécurité en piscine) • Chaque club devra obligatoirement avoir un entraîneur exclusivement dédié à sa fonction d'entraîneur. Un entraîneur ne pourra donc pas compétitionner si celui-ci est le seul entraîneur présent de son club.

ÉDITION 2021 ANNULÉE

10. COUPE DU QUÉBEC SENIOR + PARANATATION

Objectif de compétition	<p>Les Coupes du Québec Senior permettent aux meilleurs athlètes du Québec de se mesurer entre eux, mais également de se mesurer à des athlètes de niveaux national et international.</p>
Format de rencontre	<ul style="list-style-type: none"> • Coupe du Québec Senior 1 : <ul style="list-style-type: none"> ○ Préliminaires et finales en 25m ○ 6 sessions réparties sur 3 jours. • Coupe du Québec Senior 2 : <ul style="list-style-type: none"> ○ Préliminaires et finales en 50m ○ 7 sessions réparties sur 3 jours et demi. • Catégorie spécifique de paranatation.
Admissibilité des clubs	<ul style="list-style-type: none"> • Afin qu'un club puisse participer aux Coupes du Québec Senior, l'entraîneur en chef doit avoir obtenu le statut « certifié » de la formation Natation 201 – Entraîneur groupe d'âge avant le début de la compétition.
Admissibilité des nageurs	<ul style="list-style-type: none"> • Nageurs inscrits dans la catégorie « compétitif » à la FNQ. • Les nageurs de l'extérieur du Québec doivent être inscrits auprès de leur propre fédération. • Un nageur affilié avec le statut « sans-attache » suite à une procédure de transfert pourra compétitionner dans la Coupe du Québec Senior avec le club vers lequel il est en attente de transfert. Toutefois, il ne pourra remporter aucun point pour un club. • Nageurs génériques <ul style="list-style-type: none"> ○ Les nageurs doivent avoir réalisé au moins 1 temps de qualification « Coupe du Québec Senior » • Paranageurs <ul style="list-style-type: none"> ○ Les paranageurs de la catégorie 11-12 ans devront avoir réussi au moins un temps de qualification provincial paranatation « 11-12 ans ». ○ Les paranageurs de 13 ans et plus devront avoir réussi au moins un temps de qualification provincial paranatation « Coupe du Québec ». ○ Être classifié, au minimum, de niveau 2 pour pouvoir y participer.
Catégories d'âge	<ul style="list-style-type: none"> • Ouvert
Période de qualification & Inscription	<ul style="list-style-type: none"> • Période de qualification : entre le 1^{er} mai de la saison précédente 1^{er} mai 2019 et la date limite d'inscription. • Inscription dans les épreuves individuelles et les relais : les nageurs doivent obligatoirement avoir été inscrits avec un temps prouvé effectué durant la période de qualification lors d'une compétition sanctionnée par la Fédération de natation du Québec (ou un organisme affilié à la FINA). Les preuves de temps sont exigées au moment de l'envoi des inscriptions. Aucune inscription sans temps (NT) ne sera acceptée. • Nombre d'épreuves par nageur : <ul style="list-style-type: none"> ○ Aucune limitation du nombre d'épreuves individuelles par nageur ○ Les nageurs peuvent seulement nager dans les épreuves pour lesquelles ils sont qualifiés. ○ Important : dans le cas où la compétition serait jugée trop longue, il pourrait être demandé de plafonner le nombre d'inscriptions individuelles par nageur.

ÉDITION 2021 ANNULÉE

<p>Épreuves au programme (nageurs génériques)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Libre : 50m, 100m, 200m 400m, 800m, 1500m et épreuve de longue distance (3Km ou 5Km) (*) • Brasse : 50m, 100m et 200m • Dos : 50m, 100m et 200m • Papillon : 50m, 100m et 200m • QNI : 200m et 400m • Relais : 4x50m Libre H-F, 4x100m Libre H-F, 4x200m Libre H-F, 4x50 QN H-F, et 4x100m QN mixte • Les épreuves hors-concours ne sont pas autorisées <p>(*) Le 3Km (Coupe du Québec Senior #1) et le 5Km (Coupe du Québec Senior #2) ne sont accessibles qu'aux nageurs qui ont réussi le standard « Coupe du Québec Senior » au 1500m Libre. Maximum de 20 nageurs par sexe.</p>
<p>Épreuves bonus</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aucune
<p>Finales</p>	<ul style="list-style-type: none"> • La finale n'est accessible qu'à la condition que le nageur réussisse en préliminaires le temps de qualification dans l'épreuve concernée. • Il y aura des finales A et B pour toutes les épreuves de 50m à 400m • Il y aura une finale C dans les épreuves de 50m à 400m dans la première Coupe du Québec Senior uniquement (celle de novembre) • Les 800m et 1500m seront nagés « finale contre la montre ». • Le nombre de nageurs hors-province en finale n'est pas contingenté • Toutes les finales prévues au programme auront lieu, s'il y a au moins un nageur qualifié.
<p>Paranatation</p>	<p>PRÉLIMINAIRES :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Un paranageur pourra participer lors des séries éliminatoires à n'importe quelle épreuve du programme de paranatation <ul style="list-style-type: none"> ○ Lorsque l'épreuve est offerte dans sa classe sportive (voir tableau ci-dessous), le paranageur devra avoir réalisé le temps de qualification ○ Lorsque l'épreuve n'est pas offerte dans sa classe sportive, le paranageur devra avoir réalisé le temps d'inscription (dit « TI » dans la grille de standards provinciaux paranatation) dans les épreuves désirées. • Un paranageur ayant uniquement une classification SB (SB9) est admissible à nager en tant que paranageur uniquement dans les épreuves de brasse. Pour toutes les autres épreuves, il devra respecter les règles d'un nageur générique ou nager hors-concours avec les paranageurs s'il rencontre les critères de qualification S/SM10. <p>FINALES :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Il y aura des finales A dans toutes les épreuves du programme, et les nageurs y seront éligibles : <ul style="list-style-type: none"> ○ À condition d'avoir réalisé le temps de qualification « Coupe du Québec paranatation » en préliminaire, ○ Et uniquement pour les épreuves prévues pour chaque classe sportive dans les règlements de World Para Swimming, et détaillées dans le tableau ci-après :

ÉDITION 2021 ANNULÉE

	Libre	Dos	Brasse	Papillon	TNI / QNI																																													
	50m libre (S1 à S13) 100m libre (S1 à S14), 200m libre (S1 à S5 et S14), 400m libre (S6 à S14)	50m dos (S1 à S5), 100m dos (S1, S2 et S6 à S14)	50m brasse (SB1 à SB3), 100m brasse (SB4 à SB9 et SB11 à SB14)	50m papillon (S2 à S7), 100m papillon (S8 à S14)	150m TNI (SM1 à SM4), 200m QNI (SM5 à SM14)																																													
	Les finalistes seront déterminés en utilisant les plus récents tableaux de points de performance de paranatation, indépendamment de leur classe sportive.																																																	
Relais	<ul style="list-style-type: none"> Un nageur sera autorisé à participer à toutes les épreuves de relais du programme. Cependant il ne sera pas autorisé à participer à un même relais (même numéro d'épreuve) dans des équipes différentes 																																																	
Classement des équipes	<p>Le gain de points sera possible à la condition que le nageur réussisse en finale le temps de qualification dans l'épreuve concernée.</p> <ul style="list-style-type: none"> Épreuves individuelles : seuls les nageurs finalistes marqueront des points selon un barème dégressif basé sur le modèle suivant (exemple d'une piscine 8 corridors): <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th></th> <th colspan="8">Classement</th> </tr> <tr> <th></th> <th>1</th> <th>2</th> <th>3</th> <th>4</th> <th>5</th> <th>6</th> <th>7</th> <th>8</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Finale A</td> <td>90</td> <td>86</td> <td>82</td> <td>78</td> <td>74</td> <td>70</td> <td>66</td> <td>62</td> </tr> <tr> <td>Finale B</td> <td>60</td> <td>56</td> <td>52</td> <td>48</td> <td>46</td> <td>44</td> <td>42</td> <td>40</td> </tr> <tr> <td>Finale C</td> <td>30</td> <td>28</td> <td>26</td> <td>24</td> <td>22</td> <td>20</td> <td>18</td> <td>16</td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> Lors des épreuves nagées « finale contre la montre », c'est le classement final qui déterminera le pointage, indépendamment de la série dans laquelle le nageur a compétitionné Relais : le pointage ci-dessus sera doublé. Points bonis : <ul style="list-style-type: none"> Un bonus de 5 points sera accordé pour tout standard Championnat canadien de natation (CCN) obtenu Un bonus de 50 points sera accordé pour tout record provincial battu dans une épreuve individuelle (gain de points doublé pour un relais) Il y aura un classement spécifique pour la paranatation 						Classement									1	2	3	4	5	6	7	8	Finale A	90	86	82	78	74	70	66	62	Finale B	60	56	52	48	46	44	42	40	Finale C	30	28	26	24	22	20	18	16
	Classement																																																	
	1	2	3	4	5	6	7	8																																										
Finale A	90	86	82	78	74	70	66	62																																										
Finale B	60	56	52	48	46	44	42	40																																										
Finale C	30	28	26	24	22	20	18	16																																										
Récompenses	<ul style="list-style-type: none"> Les trois premiers nageurs de chaque épreuve individuelle et de relais recevront une médaille (bronze-argent-or). Une bourse sera accordée au vainqueur de chaque épreuve individuelle olympique et paralympique. Les clubs québécois seront récompensés selon 2 critères : <ul style="list-style-type: none"> Meilleur pointage : calculé en additionnant tous les points obtenus dans les épreuves individuelles et les relais de l'équipe. Équipe par excellence : Calculé en divisant les points obtenus par l'équipe par le nombre d'épreuves nagées - Accessible aux équipes ayant un minimum de 4 nageurs participants Relais des étoiles : les vainqueurs de chaque 100m seront sélectionnés pour compétitionner dans un relais 4x100m QN. Si le temps final de ce relais est plus rapide que l'addition des 100m individuels effectués en finale, ils gagneront une nouvelle bourse 																																																	

	<p><i>Si un nageur est éligible dans plus d'une épreuve, il sera retenu dans l'épreuve dans laquelle il a réalisé le meilleur pointage FINA. Dans l'autre épreuve, le nageur suivant au classement sera retenu.</i></p>
Pénalités	<ul style="list-style-type: none"> • Une pénalité financière sera appliquée pour tout forfait non-déclaré dans la période autorisée détaillée dans l'invitation, en préliminaire comme en finale. • La même pénalité sera appliquée pour tout nageur qui ne terminerait pas sa course sans raison valable. • Les pénalités devront être payées selon la procédure décrite dans l'invitation et/ou le bulletin technique.
Entraîneurs	<ul style="list-style-type: none"> • Pour pouvoir être présent sur le bord du bassin, chaque entraîneur doit avoir minimalement obtenu le statut « certifié » de la formation Natation 101- Entraîneur des fondements de la natation (voir détails dans le Règlement de sécurité en piscine) • Chaque club devra obligatoirement avoir un entraîneur exclusivement dédié à sa fonction d'entraîneur. Un entraîneur ne pourra donc pas compétitionner si celui-ci est le seul entraîneur présent de son club.

ÉÉDITION 2021 ANNULEE

11. CHAMPIONNAT PROVINCIAL EN PISCINE

Objectif de compétition	Regrouper l'élite de la natation provinciale dans un grand rendez-vous annuel, et leur permettre de se mesurer dans un événement motivant et prestigieux.
Format de rencontre	<ul style="list-style-type: none"> • 8 sessions réparties sur 4 journées • Préliminaires et finales en 50m
Admissibilité des clubs	<ul style="list-style-type: none"> • Afin qu'un club puisse participer au Championnat provincial en piscine, l'entraîneur en chef doit avoir obtenu le statut « certifié » de la formation Natation 201 – Entraîneur groupe d'âge avant le début de la compétition.
Admissibilité des nageurs	<ul style="list-style-type: none"> • Nageurs inscrits dans la catégorie « compétitif » à la FNQ pour la saison en cours. • Les nageurs de l'extérieur du Québec doivent être inscrits auprès de leur propre fédération. • La catégorie d'âge du nageur est déterminée par son âge au premier jour de la compétition. • Un nageur affilié avec le statut « sans-attache » suite à une procédure de transfert pourra compétitionner dans le Championnat Provincial avec le club vers lequel il est en attente de transfert. Toutefois, il ne pourra remporter aucun point pour un club. • Nageurs génériques <ul style="list-style-type: none"> ○ Les nageurs doivent avoir réalisé au moins 1 temps de qualification « Championnat provincial » dans leur groupe d'âge • Paranageurs <ul style="list-style-type: none"> ○ Les paranageurs de catégorie 11-12 ans devront avoir réussi au moins deux temps de qualification provincial paranatation « 11-12 ans ». ○ Les paranageurs de 13 ans et plus devront avoir réussi au moins deux temps de qualification provincial paranatation « Championnat provincial ». <p>Être classifié, au minimum, de niveau 2 pour pouvoir y participer.</p>
Catégories d'âge	<ul style="list-style-type: none"> • 12 ans et moins • 13-14 ans • 15-17 ans • Ouvert
Période de qualification & Inscription	<ul style="list-style-type: none"> • Période de qualification : entre le 1^{er} septembre de la saison en cours précédente et la date limite d'inscription. • Inscription dans les épreuves individuelles et les relais : les nageurs doivent obligatoirement avoir été inscrits avec un temps prouvé effectué durant la période de qualification lors d'une compétition sanctionnée par la Fédération de natation du Québec (ou un organisme affilié à la FINA). Les preuves de temps sont exigées au moment de l'envoi des inscriptions. Aucune inscription sans temps (NT) ne sera acceptée . • Nombre d'épreuves par nageur : aucune limitation du nombre d'épreuves individuelles par nageur <i>Important : dans le cas où la compétition serait jugée trop longue, il pourrait être demandé de plafonner le nombre d'inscriptions individuelles par nageur.</i>
Épreuves au programme (nageurs génériques)	<ul style="list-style-type: none"> • Libre : 50m, 100m, 200m 400m, 800m et 1500m • Brasse : 50m (*), 100m et 200m • Dos : 50m (*), 100m et 200m • Papillon : 50m (*), 100m et 200m

	<ul style="list-style-type: none"> • QNI : 200m et 400m • Relais : 4x50m Libre H-F, 4x100m Libre H-F, 4x200m Libre H-F, 4x50 QN H-F, 4x100m QN mixte et 8x50m Libre mixte (**) • Les épreuves hors-concours ne sont pas autorisées <p>(*) Standard «Provincial Senior » uniquement</p> <p>(**) Spécificités du 8x50m libre mixte : un seul relais par club – un représentant par catégorie d’âge et par sexe.</p> <p>FINALES :</p> <ul style="list-style-type: none"> • La finale n’est accessible qu’à la condition que le nageur réussisse en préliminaires le temps de qualification dans l’épreuve concernée. • Il y aura 4 finales pour toutes les épreuves de 50m à 400m : <ul style="list-style-type: none"> ○ Finale « Ouvert » ○ Finale « 15-17 ans » ○ Finale « 13-14 ans » ○ Finale « 12 ans et moins » ○ Important : lorsqu’un nageur junior est éligible pour nager dans la finale de son groupe d’âge et dans la finale « ouvert », il devra choisir dans laquelle il souhaite compétitionner. • Les 800m et 1500m seront nagés « finale contre la montre ». • Le nombre de nageurs hors-province est limité à deux (2) par finale. <p>Toutes les finales prévues au programme auront lieu, s’il y a au moins un nageur qualifié.</p>
<p>Épreuves bonus</p>	<p>Indépendamment du nombre de standards réussis par le nageur :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nageurs 12 ans et moins : 3 épreuves bonus • Nageurs 13-14 ans : 2 épreuves bonus • Nageurs 15-17 ans : 1 épreuve bonus <p>Nageurs 18 ans et plus : aucune épreuve bonus</p>
<p>Paranatation</p>	<p>PRÉLIMINAIRES :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Un paranageur pourra participer lors des séries éliminatoires à n’importe quelle épreuve du programme de paranatation <ul style="list-style-type: none"> ○ Lorsque l’épreuve est offerte dans sa classe sportive (voir tableau ci-dessous), le paranageur devra avoir réalisé le temps de qualification ○ Lorsque l’épreuve n’est pas offerte dans sa classe sportive, le paranageur devra avoir réalisé le temps d’inscription (dit « TI » dans la grille de standards provinciaux paranatation) dans les épreuves désirées. • Un paranageur ayant uniquement une classification SB (SB9) est admissible à nager en tant que paranageur uniquement dans les épreuves de brasse. Pour toutes les autres épreuves, il devra respecter les règles d’un nageur générique ou nager hors-concours avec les paranageurs s’il rencontre les critères de qualification S/SM10. <p>FINALES :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Il y aura des finales A dans toutes les épreuves du programme, et les nageurs y seront éligibles : <ul style="list-style-type: none"> ○ À condition d’avoir réalisé le temps de qualification « Coupe du Québec paranatation » en préliminaire, ○ Et uniquement pour les épreuves prévues pour chaque classe sportive dans les règlements de World Para Swimming, et détaillées dans le tableau ci-après :

	<table border="1" data-bbox="412 275 1500 548"> <thead> <tr> <th>Nage Libre</th> <th>Dos</th> <th>Brasse</th> <th>Papillon</th> <th>TNI / QNI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>50m libre (S1 à S13) 100m libre (S1 à S14), 200m libre (S1 à S5 et S14), 400m libre (S6 à S14)</td> <td>50m dos (S1 à S5), 100m dos (S1, S2 et S6 à S14)</td> <td>50m brasse (SB1 à SB3), 100m brasse (SB4 à SB9 et SB11 à SB14)</td> <td>50m papillon (S2 à S7), 100m papillon (S8 à S14)</td> <td>150m TNI (SM1 à SM4), 200m QNI (SM5 à SM14)</td> </tr> </tbody> </table> <p data-bbox="406 562 1455 617">Les finalistes seront déterminés en utilisant les plus récents tableaux de points de performance de paranatation, indépendamment de leur classe sportive.</p>	Nage Libre	Dos	Brasse	Papillon	TNI / QNI	50m libre (S1 à S13) 100m libre (S1 à S14), 200m libre (S1 à S5 et S14), 400m libre (S6 à S14)	50m dos (S1 à S5), 100m dos (S1, S2 et S6 à S14)	50m brasse (SB1 à SB3), 100m brasse (SB4 à SB9 et SB11 à SB14)	50m papillon (S2 à S7), 100m papillon (S8 à S14)	150m TNI (SM1 à SM4), 200m QNI (SM5 à SM14)																																																							
Nage Libre	Dos	Brasse	Papillon	TNI / QNI																																																														
50m libre (S1 à S13) 100m libre (S1 à S14), 200m libre (S1 à S5 et S14), 400m libre (S6 à S14)	50m dos (S1 à S5), 100m dos (S1, S2 et S6 à S14)	50m brasse (SB1 à SB3), 100m brasse (SB4 à SB9 et SB11 à SB14)	50m papillon (S2 à S7), 100m papillon (S8 à S14)	150m TNI (SM1 à SM4), 200m QNI (SM5 à SM14)																																																														
Relais	<ul style="list-style-type: none"> Un nageur sera autorisé à participer à toutes les épreuves de relais du programme. Cependant il ne sera pas autorisé à participer à un même relais (même numéro d'épreuve) dans des équipes différentes 																																																																	
Classement des équipes	<p data-bbox="406 777 1511 831">Le gain de points sera possible à la condition que le nageur réussisse en finale le temps de qualification dans l'épreuve concernée.</p> <ul style="list-style-type: none"> Épreuves individuelles : seuls les nageurs finalistes marqueront des points selon le barème suivant : <table border="1" data-bbox="454 890 1458 1199"> <thead> <tr> <th rowspan="2"></th> <th colspan="10">Classement</th> </tr> <tr> <th>1</th> <th>2</th> <th>3</th> <th>4</th> <th>5</th> <th>6</th> <th>7</th> <th>8</th> <th>9</th> <th>10</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Finale « ouvert »</td> <td>150</td> <td>146</td> <td>142</td> <td>138</td> <td>136</td> <td>134</td> <td>132</td> <td>130</td> <td>128</td> <td>126</td> </tr> <tr> <td>Finale 15-17 ans</td> <td>120</td> <td>116</td> <td>112</td> <td>108</td> <td>106</td> <td>104</td> <td>102</td> <td>100</td> <td>98</td> <td>96</td> </tr> <tr> <td>Finale 13-14 ans</td> <td>90</td> <td>86</td> <td>82</td> <td>78</td> <td>76</td> <td>74</td> <td>72</td> <td>70</td> <td>68</td> <td>66</td> </tr> <tr> <td>Finale 12 ans et moins</td> <td>60</td> <td>56</td> <td>52</td> <td>48</td> <td>46</td> <td>44</td> <td>42</td> <td>40</td> <td>38</td> <td>36</td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> Lors des épreuves nagées « finale contre la montre », c'est le classement final qui déterminera le pointage, indépendamment de la série dans laquelle le nageur a compétitionné. Relais : le pointage ci-dessus sera doublé. Points bonis : <ul style="list-style-type: none"> Un bonus de 10 points sera accordé pour tout standard CCN obtenu Un bonus de 100 points sera accordé pour tout record provincial battu dans une épreuve individuelle (gain de points doublé pour un relais) <p data-bbox="406 1514 919 1539">Il y aura un classement spécifique pour la paranatation</p>		Classement										1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Finale « ouvert »	150	146	142	138	136	134	132	130	128	126	Finale 15-17 ans	120	116	112	108	106	104	102	100	98	96	Finale 13-14 ans	90	86	82	78	76	74	72	70	68	66	Finale 12 ans et moins	60	56	52	48	46	44	42	40	38	36
	Classement																																																																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10																																																								
Finale « ouvert »	150	146	142	138	136	134	132	130	128	126																																																								
Finale 15-17 ans	120	116	112	108	106	104	102	100	98	96																																																								
Finale 13-14 ans	90	86	82	78	76	74	72	70	68	66																																																								
Finale 12 ans et moins	60	56	52	48	46	44	42	40	38	36																																																								
Récompenses	<ul style="list-style-type: none"> Une bourse sera accordée au vainqueur de la finale A de chaque épreuve individuelle olympique et paralympique. Les trois nageurs québécois les plus rapides de chaque finale recevront une médaille. Les nageurs hors-province qui se classent parmi les 3 premiers d'une finale recevront une médaille commémorative. Les clubs québécois seront récompensés selon 2 critères: <ul style="list-style-type: none"> Meilleur pointage : calculé en additionnant tous les points obtenus dans les épreuves individuelles et les relais de l'équipe. 																																																																	

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Équipe par excellence : Calculé en divisant les points obtenus par l'équipe par le nombre d'épreuves nagées - Accessible aux équipes ayant un minimum de 4 nageurs participants ● Relais des étoiles : les vainqueurs de chaque 100m seront sélectionnés pour compétitionner dans un relais 4x100m QN. Si le temps final de ce relais est plus rapide que l'addition des 100m individuels effectués en finale, ils gagneront une nouvelle bourse <i>Si un nageur est éligible dans plus d'une épreuve, il sera retenu dans l'épreuve dans laquelle il a réalisé le meilleur pointage FINA. Dans l'autre épreuve, le nageur suivant au classement sera retenu.</i> ● Meilleurs nageurs : pour chaque catégorie d'âge, le nageur québécois qui aura récolté le plus de points selon le barème suivant sera récompensé: <ul style="list-style-type: none"> ○ Médaille d'or : 5 points ○ Médaille d'argent : 2 points <p>Médaille de bronze : 1 point</p>
Classement provincial des clubs	<p>À la fin du championnat provincial, la coupe du « meilleur club provincial » sera remise au club qui aura cumulé le meilleur pointage durant la saison dans les compétitions suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Coupes du Québec Senior 1 et 2 ● Coupe du Québec Junior ● Championnat provincial
Pénalités	<ul style="list-style-type: none"> ● Une pénalité financière sera appliquée pour tout forfait non-déclaré dans la période autorisée détaillée dans l'invitation, en préliminaire comme en finale. ● La même pénalité sera appliquée pour tout nageur qui ne terminerait pas sa course sans raison valable. Les pénalités devront être payées selon la procédure détaillée dans l'invitation et/ou le bulletin technique.
Entraîneurs	<p>Chaque club devra obligatoirement avoir un entraîneur exclusivement dédié à sa fonction d'entraîneur. Un entraîneur ne pourra donc pas compétitionner si celui-ci est le seul entraîneur présent de son club.</p>

CHAPITRE 4 – INFORMATIONS POUR COMITÉS ORGANISATEURS

1. RÈGLEMENTS ET PROCÉDURES

Il est important de respecter les règlements et procédures suivantes en tout temps :

- *Règlement de natation et paranatation – Natation Canada, édition 2018*
<https://swimming.ca/content/uploads/2018/05/R%C3%88GLEMENTS-DE-NATATION-CANADA-2018-2021-05-01-18-1.pdf>
- *Règlement de sécurité en bassin* : <http://www.fnq.qc.ca/disciplines/disciplines-reglements/>
- *Procédure de sécurité pour les échauffements en compétition de natation de Natation Canada* :
<https://www.swimming.ca/content/uploads/2015/06/procedures-de-securite-pour-lechauffement-en-competition-de-natation-canada-26-septembre-2016.pdf>

2. EXIGENCES POUR LES OFFICIELS LORS DES COMPÉTITIONS

Il est très important d’avoir le personnel minimum requis pour tenir une compétition et en particulier lors de championnats provinciaux. Veuillez vous référer au règlement de Natation Canada CSW1.2.1 pour les détails.

- Dans certaines rencontres, les officiels peuvent cumuler diverses fonctions si elles ne sont pas incompatibles.
- Il est important de rappeler que tous les postes d’officiels de niveau II et plus doivent être occupés par des officiels ayant au moins suivi le stage théorique.
- Le comité de direction de chacune des compétitions devra s’assurer à l’avance d’avoir des officiels compétents en nombre suffisant ou prévoir la formation des officiels qu’il compte assigner à chacun des postes majeurs (niveau II), lors de chaque session.
- La FNQ pourra soutenir les clubs dans la formation des officiels, sur demande, si la requête est effectuée dans un délai de 7 jours ouvrables. Si demandé moins de deux jours ouvrables avant, il n’y a aucune obligation de la part du personnel de la FNQ de répondre au besoin dans un aussi court délai.

3. ÉQUIPE DE SOUTIEN AUX COMPÉTITIONS

Du vendredi au dimanche, une équipe de soutien aux compétitions de la FNQ est disponible pour les organisateurs et officiels en compétition ou en préparation de compétition. Il sera possible de les rejoindre au 514-252-3200 poste 9. Cette équipe est composée de quatre officiels et deux mentors de niveau 5 pour répondre à vos questions et vous accompagner dans la réalisation de la compétition.

4. PÉNALITÉS

Pénalité pour les résultats de compétitions non-remis dans un délai exigé de huit (8) jours de calendrier

- Une pénalité de **100\$** sera facturée au club :
 - qui n’a pas affiché le fichier de résultats sur le site des compétitions de Natation Canada durant la période de 8 jours après la fin de la compétition
 - **et/ou** qui n’a pas envoyé le fichier de sauvegarde des résultats de la compétition à la Fédération de natation du Québec
- De plus, toute demande de nouvelle sanction sera facturée **au double du tarif indiqué** si un club n’a toujours pas complété les trois exigences demandées dans les huit (8) jours pour une précédente rencontre.

Aucune autorisation de sanction ne sera accordée lorsqu’un club sera pris en défaut de ne pas avoir retourné les résultats demandés **pour deux rencontres** durant la même saison. **Note importante** : Aucun comité organisateur n’est autorisé à ajouter une pénalité autre que celles indiquées dans l’invitation officielle sanctionnée par la Fédération de natation du Québec. Ceci est applicable pour tous les championnats provinciaux, les festivals et les Coupes du Québec.

5. AUTORISATION DE SANCTION DE COMPÉTITIONS

Tous les festivals, championnats provinciaux et Coupes du Québec sont octroyés par la FNQ, et doivent être sanctionnés par la FNQ sur le site de Natation Canada. Pour CHAQUE compétition sanctionnée, les frais de sanction de compétition se définissent comme suit :

TYPE DE COMPÉTITION		FRAIS DE SANCTION ^(b)	FRAIS FIXES DE PARTICIPATION PAR NAGEUR ^(b)	COÛT POUR UNE ÉPREUVE INDIVIDUELLE	COÛT POUR UNE ÉPREUVE DE RELAIS
INVITATIONS					
Locale – Intraclub		20 \$ ^(d) + taxes = 23 \$	3,50 \$ + taxes = 4,03 \$	Discrétion du club ou association régionale ^(a)	Discrétion du club ou association régionale ^(a)
Régionale	Essai de temps (maximum 12 nageurs)	20 \$ ^(d) + taxes = 23 \$	3,50 \$ + taxes = 4,03 \$	Discrétion du club ou association régionale ^(a)	Discrétion du club ou association régionale ^(a)
	Invitation ouverte ou fermée	20 \$ ^(d) + taxes = 23 \$	3,50 \$ + taxes = 4,03 \$	Discrétion du club ou association régionale ^(a)	Discrétion du club ou association régionale ^(a)
Provinciale	Essai de temps (maximum 12 nageurs)	20 \$ ^(d) + taxes = 23 \$	5 \$ + taxes = 5,75 \$	Discrétion du club ou association régionale ^(a)	Discrétion du club ou association régionale ^(a)
	Invitation ouverte ou fermée	100 \$ + taxes = 114,98 \$	5 \$ + taxes = 5,75 \$	Discrétion du club ou association régionale ^(a)	Discrétion du club ou association régionale ^(a)
FESTIVALS, CHAMPIONNATS, COUPES					
Festival par équipe		100 \$ + taxes = 114,98	8 \$ + taxes = 9,20 \$	8,00 \$	10,00 \$
Mini Coupe		100 \$ + taxes = 114,98	5 \$ + taxes = 5,75 \$	8,00 \$	10,00 \$
Coupe des Régions		20 \$ ^(d) + taxes = 23 \$	12,50 \$ + taxes = 14,38 \$	Discrétion de chaque association régionale ^(a)	Discrétion de chaque association régionale ^(a)
Coupe du Québec Junior		100 \$ + taxes = 114,98 \$	12,50 \$ + taxes = 14,38 \$	60,00 \$ incluant toutes les épreuves individuelles	10,00 \$
Coupe du Québec Senior		100 \$ + taxes = 114,98 \$	12,50 \$ + taxes = 14,38 \$	78 \$ taxes incluses incluant toutes les épreuves individuelles	10,44 \$ + taxes = 12 \$
Championnat provincial		100 \$ + taxes = 114,98 \$	16,09 \$ + taxes = 18,49 \$	78 \$ taxes incluses incluant toutes les épreuves individuelles	10,44 \$ + taxes = 12 \$

Pour l'ensemble des championnats, festivals et coupes du Québec, les frais d'inscription seront chargés pour tous les athlètes inscrits à l'exception d'un athlète ayant un billet médical valide présenté au plus tard, au comité organisateur, avant la publication de la liste de pré-classement (psych-sheet).

Dans tous les types d'invitations, afin d'inclure des maîtres nageurs dans une sanction de compétition avec des nageurs groupes d'âge. Le comité organisateur devra créer :

- Deux sanctions bien distinctes sur le site de Natation Canada,
- Deux fichiers d'inscriptions Lenex bien distincts,
- Des invitations respectant les règlements de chaque catégorie de nageur,
- Des fichiers de résultats différents pour chaque type de règlements et de nageurs.

(a) Les frais par épreuves individuelles et de relais sont à la discrétion du club ou association organisateur. Cependant, il est recommandé de préserver un coût raisonnable et s'assurer que les informations sur les tarifs soient communiquées rapidement aux clubs participants. Les tarifs officiels devront être connus obligatoirement dans l'invitation.

(b) Les frais fixes par nageur doivent être mentionnés dans l'invitation et ne sont pas remboursables. Le comité organisateur est responsable de percevoir les frais fixes de participation avant la compétition. La FNQ procédera par facturation au club organisateur pour la récupération des frais fixes et les frais d'autorisation de sanction.

(c) Un club sera exempté de frais d'autorisation de sanction et de frais fixes pour ses **DEUX PREMIÈRES RENCONTRES INTRACLUBS** de la saison entre le 1^{er} septembre et le 31 août, si la demande est effectuée **au minimum 7 jours de calendrier complet** avant l'événement.

(d) Les frais d'autorisation de sanction seront augmentés de 50 \$ si la demande est effectuée dans une période de moins de 7 jours ouvrables avant l'événement. Le montant sera augmenté de 100 \$, si demandé moins de 2 jours ouvrables avant l'événement, **ET CE, SANS OBLIGATION DE LA PART DU PERSONNEL DE LA FNQ DE RÉPONDRE AU BESOIN DANS UN SI COURT DÉLAI.**

Section piscine

6. RESPONSABILITÉS DES COMITÉS ORGANISATEURS

Pour organiser TOUTE compétition sanctionnée, les comités organisateurs s'engagent à ce qui suit :

Avant la rencontre :

- > Respecter intégralement les règlements mis en place dans les guides techniques par la Fédération de natation du Québec (FNQ).
- > Respecter tous les règlements de Natation Canada pour la tenue d'une compétition, ainsi que le règlement de sécurité en bassin en vigueur.
- > En cas de divergence :
 - o La version en ligne du guide technique sur le site de la FNQ prévaut.
 - o Les versions en ligne des invitations sur le site de Natation Canada demeurent en tout temps les versions officielles.
 - o Lorsque traduits, les textes français prévalent par rapport aux textes anglais.
- > N'apporter aucune modification ou aucun changement à l'invitation. N'apporter aucune modification ou aucun changement au bulletin technique lors de championnats, festivals et coupes.
- > Pour tous les championnats, festivals et Coupes du Québec, se procurer et déboursier les frais pour les médailles, les trophées, les rubans et les bannières chez notre commanditaire [Trophées Dubois](#) Ltée. De plus, pour les Coupes du Québec, déboursier 50% des frais pour les bourses
- > S'assurer que le logiciel utilisé dans le cadre de la compétition soit à jour avec la plus récente version du logiciel Splash Meet Manager pour la gestion de la rencontre. Veuillez vérifier votre version sur le site web suivant pour voir si des mises à jour sont disponibles : http://wiki.swimrankings.net/index.php/Main_Page.
- > Utiliser obligatoirement l'application mobile SplashMe et l'option d'affichage des résultats en ligne pour tous les championnats, festivals et coupes. Il est recommandé que tous les comités organisateurs rendent les résultats disponibles sur ces plates-formes pour les invitations provinciales.
- > S'assurer que tous les nageurs des clubs canadiens s'inscrivent obligatoirement via la plate-forme en ligne des compétitions de Natation Canada avec une affiliation valide et un numéro de neuf (9) chiffres.
- > Le comité organisateur doit respecter l'échéancier de la procédure d'inscription pour tous les championnats, festivals et coupes.

Après la rencontre :

- > Exporter et télécharger les résultats de la compétition sur le site web de Natation Canada, dans un délai de 24h lorsque possible (au plus tard 8 jours après la compétition) au format habituel (fichier SDIF / CL2) afin de valider les nageurs inscrits et publier les résultats officiels en ligne.
- > Envoyer les résultats et tous les formulaires de réclamations par courriel à sanctions@fnq.ca (au plus tard 8 jours après la compétition). C'est la sauvegarde complète, soit le fichier de sauvegarde au format SMB de Meet Manager, qui doit être transmise à la FNQ après avoir réussi la validation et déposé le fichier résultats sur le site de Natation Canada.
- > Percevoir les frais fixes d'inscription associés aux différentes compétitions selon la grille publiée. La FNQ procèdera par facturation auprès du club organisateur suivant la réception des résultats de la compétition. Les frais d'inscription sont facturés en même temps que l'inscription des nageurs et ils ne sont pas remboursables.
- > Pour le Championnat provincial ainsi que les Coupes du Québec Junior et Senior, facturer les pénalités pour les forfaits tardifs directement aux clubs fautifs selon les procédures détaillées dans l'invitation / bulletin technique
- > Faire parvenir les formulaires d'accidents complétés et signés par les responsables.

Toute compétition doit se dérouler en présence d'un directeur de rencontre et d'un juge-arbitre certifié. Un non-respect de cette règle entraîne l'annulation de tous les temps réalisés par les nageurs et les expériences des officiels ne seront pas reconnues.

Le juge-arbitre doit s'assurer du respect par tous les entraîneurs et participants des normes incluses dans le livre de règlement de Natation Canada et le règlement de sécurité en bassin de la Fédération de Natation du Québec

GUIDE TECHNIQUE MAÎTRES NAGEURS

TABLE DES MATIERES

CHAPITRE 1 – INFORMATIONS GÉNÉRALES	30
1. RÉSEAU DE COMPÉTITION – MAÎTRES NAGEURS	30
CHAPITRE 2 – INVITATIONS	31
1. DÉFINITION DE DIFFÉRENTS TYPES DE COMPÉTITIONS.....	31
2. INVITATION RÉGIONALE ET PROVINCIALE	32
CHAPITRE 3 – COUPE DU QUÉBEC ET CHAMPIONNAT PROVINCIAL	33
1. ÉCHÉANCIER DE LA PROCÉDURE D’INSCRIPTION.....	33
2. COUPE DU QUÉBEC DES MAÎTRES NAGEURS.....	34
3. CHAMPIONNAT PROVINCIAL DES MAÎTRES NAGEURS	35
CHAPITRE 4 – INFORMATIONS POUR COMITÉS ORGANISATEURS	36
1. RÈGLEMENTS ET PROCÉDURES	36
2. EXIGENCES POUR LES OFFICIELS LORS DES COMPÉTITIONS	36
3. ÉQUIPE DE SOUTIEN AUX COMPÉTITIONS	36
4. PÉNALITÉS.....	36
5. AUTORISATION DE SANCTION DE COMPÉTITIONS	37
6. RESPONSABILITÉS DES COMITÉS ORGANISATEURS	38

Cette section du guide ne concerne que les maîtres nageurs membres d’un club de natation adhérent à la
Fédération de natation du Québec.

La version disponible en ligne demeure en tout temps la version officielle.

Assurez-vous de toujours avoir une version à jour.

<http://www.fnq.qc.ca/disciplines/disciplines-guide-technique/>

CHAPITRE 1 – INFORMATIONS GÉNÉRALES

Le programme de natation est un programme qui consiste à développer des athlètes en natation par l'intermédiaire d'entraînement, de camps d'entraînement, de compétitions fédérées et toutes activités permettant d'améliorer la performance d'un athlète. Le réseau de compétition fait partie intégrante du programme de natation.

1. RÉSEAU DE COMPÉTITION – MAÎTRES NAGEURS

Le tableau ci-dessous se veut un tableau synthèse du réseau de compétition de la Fédération de natation du Québec, pour plus d'informations et de précisions, il est important de lire tout le guide technique.

TYPE DE COMPÉTITION	CATÉGORIE / HOMMES & FEMMES	POUR QUI ?	TEMPS DE QUALIFICATION MINIMUM REQUIS	PROGRAMME DES COMPÉTITIONS	
INVITATIONS					
Régionale (Intraclub, Duel, Regroupement des clubs)	Déterminé par l'organisateur	- 18 ans et plus - Maître nageur compétitif - Maître nageur non compétitif*	Aucun	25m ou 50 m	Déterminé par l'organisateur Individuelles / relais
Régionale & Provinciale (Rencontre invitation avec ou sans temps de qualification)					Individuelles / relais
MANCHES DE LA COUPE DU QUÉBEC ET CHAMPIONNAT PROVINCIAL					
Manches - Coupe du Québec	18 ans et plus	- 18 ans et plus - Maître nageur compétitif - Maître nageur non compétitif*	Aucun	25m ou 50 m	Individuelles / relais Finale contre la montre
Championnat		- 18 ans et plus - Maître nageur compétitif	Preuves de temps requises 800 m libre et 1500 m libre	25m	Individuelles / relais Finale contre la montre

* Le nageur a le droit de participer à une (1) compétition en piscine régionale ou provinciale (excluant le Championnat provincial des maîtres nageurs) par saison selon les politiques et les règles établies par la FNQ. Les nageurs peuvent participer aux activités organisées par la FNQ et par Natation Canada). Le montant inclut les frais d'adhésion à la Fédération de natation du Québec et les frais d'adhésion à Natation Canada. Si le nageur souhaite participer à d'autres événements sanctionnés, le club est dans l'obligation de faire le changement de catégorie d'affiliation avant de l'inscrire à une 2e compétition.

CHAPITRE 2 – INVITATIONS

IMPORTANT : Le nageur de catégorie « maître nageur non compétitif » a le droit de participer à une (1) compétition en piscine régionale ou provinciale (excluant le Championnat provincial des maîtres nageurs) par saison selon les politiques et les règles établies par la FNQ. Leurs temps seront homologués et ils auront vécu une expérience compétitive.

On appelle « invitation » toute compétition provinciale ou régionale sanctionnée qui n'est ni un Festival, ni une Coupe ni un Championnat.

- Les invitations ne concernent que les nageurs inscrits dans la catégorie « compétitif » pour la saison en cours.
- Les nageurs inscrits dans la catégorie « non-compétitif » ont le droit de participer à une (1) invitation avec sanction de type régionale (intraclub, essai de temps régional, invitation régionale) par saison.

1. DÉFINITION DE DIFFÉRENTS TYPES DE COMPÉTITIONS

Invitation provinciale :

Une invitation provinciale regroupe des nageurs provenant de clubs de plusieurs associations régionales. Des nageurs hors-Québec peuvent y prendre part.

Invitation régionale :

Une invitation régionale regroupe uniquement des nageurs provenant des clubs d'une seule et même association régionale de natation.

Invitation de type « fermée », provinciale ou régionale :

Une invitation fermée accueille des nageurs provenant de clubs préalablement sélectionnés, et précisés dans la sanction de compétition. Les clubs non invités ne peuvent y participer.

Essai de temps :

Les essais de temps sont réservés aux situations où un ou des nageurs du même club ou provenant de clubs différents désirent réaliser des standards pour une compétition future ou un nouveau record. Les sanctions d'essais de temps sont limitées à un maximum de 12 nageurs, et la compétition doit se faire sous le format « finale contre la montre ».

Intraclub :

Un intraclub est une compétition organisée localement pour les membres d'un seul club. Tous les nageurs de tous les calibres peuvent y prendre part (à l'exception des maîtres nageurs pour qui une sanction distincte doit être demandée).

PÉNALITÉ POUR UN NAGEUR NON AFFILIÉ AYANT PARTICIPÉ À UNE COMPÉTITION

- Pour un nageur non inscrit dans le site national d'inscription, le club aura l'obligation d'inscrire le nageur dans les jours suivants et une pénalité de **50 \$** par nageur sera envoyée au club fautif.
- Pour un nageur inscrit non compétitif dans le site national d'inscription, participant à une deuxième compétition, la Fédération de natation du Québec procédera à son changement de statut au moment où elle reçoit le rapport de validation de Natation Canada. Le nageur sera inscrit comme nageur compétitif. Des frais administratifs de **20 \$ seront facturés par la FNQ** pour le changement de catégorie.
- La FNQ procédera par facturation au club fautif selon les modalités de facturation prévues à la présente politique.
- Un club en défaut de paiement des pénalités, 90 jours après la date de facturation, pourra se voir suspendu de tous ses droits et privilèges.

2. INVITATION RÉGIONALE ET PROVINCIALE

OBJECTIF DE COMPÉTITION	Offrir des épreuves individuelles et relais qui sont accessibles à tout type de clientèle.
RENSEIGNEMENTS TECHNIQUES	<ul style="list-style-type: none"> Seuls les clubs de la région peuvent être invités.
FORMAT DES RENCONTRES	À la discrétion du comité organisateur
SANCTION	<p>Toutes les rencontres doivent être sanctionnées par la Fédération de natation du Québec sur le site de Natation Canada.</p> <p><u>Spécifique aux invitations provinciales</u> Aucune autorisation de sanction d'invitation de niveau provincial ne sera émise les mêmes fins de semaines que les MANCHES DU CIRCUIT COUPES DU QUÉBEC & CHAMPIONNAT PROVINCIAL</p>
CATÉGORIES DE NAGEURS ADMISSIBLES ET CRITÈRES D'ADMISSIBILITÉ	<ul style="list-style-type: none"> Le nageur de catégorie « maître nageur non compétitif » a le droit de participer à une (1) compétition en piscine régionale ou provinciale (excluant le Championnat provincial des maîtres nageurs) par saison selon les politiques et les règles établies par la FNQ. <p><u>Spécifique aux invitations provinciales</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Les nageurs de l'extérieur du Québec doivent être affiliés auprès de leur propre fédération provinciale ou auprès de la fédération nationale. Pour les nageurs de l'extérieur du Canada, ils devront fournir une lettre de leur fédération nationale attestant qu'ils sont membres en règles.
NOMBRE D'ÉPREUVES PAR PARTICIPANT	Au choix du comité organisateur.
RÉCOMPENSES	Au choix du comité organisateur tant au niveau des récompenses individuelles que des récompenses d'équipe.
AUTRES RENSEIGNEMENTS POUR L'ORGANISATION DES INVITATIONS	L'attribution des couloirs peut se faire en combinant les deux sexes et les catégories d'âge, mais les résultats doivent être produits en tenant compte du sexe et de l'âge des participants.

CHAPITRE 3 – COUPE DU QUÉBEC ET CHAMPIONNAT PROVINCIAL

1. ÉCHÉANCIER DE LA PROCÉDURE D'INSCRIPTION

La FNQ créera les fichiers d'inscriptions LENEX ainsi que les invitations pour les coupes et le championnat. Les informations et les sanctions de compétitions seront accessibles sur <https://swimming.ca/fr/evenements-resultats/rencontres-a-venir-en-cours/>.

Tous les clubs, entraîneurs et comités organisateurs doivent respecter l'échéancier de la procédure d'inscription pour toutes les manches de la Coupe du Québec et le Championnat provincial.

Date	Étapes
2^e lundi avant la compétition	Date limite du dépôt des inscriptions sur le site de Natation Canada par le club désirant participer à la compétition. Après cette date : <ul style="list-style-type: none">• Il sera encore possible d'inscrire un club ou un nageur, cependant les frais d'inscription seront doublés.• Chaque changement autre que des retraits/forfaits déclarés sur des inscriptions déjà soumises sera chargé 25\$ (ajout d'épreuve, changement de temps d'inscription, etc.)- Les frais d'inscription ainsi que les pénalités relatives aux inscriptions devront être acquités au comis de course avant le début de la compétition.
Dimanche soir minuit précédant la compétition	Aucun ajout ou modification ne seront acceptés, les inscriptions sont considérées comme définitives.
1^{er} lundi avant la compétition	Publication finale de la liste du pré-classement (psych sheets) et du bulletin technique sur le site web de la FNQ ainsi que par courriel.

2. COUPE DU QUÉBEC DES MAÎTRES NAGEURS

OBJECTIF DE COMPÉTITION	Offrir un circuit compétitif accessible à tout type de clientèle en permettant de cumuler des points et se situer en tant qu'athlète sur la scène provinciale																		
RENSEIGNEMENTS TECHNIQUES	<ul style="list-style-type: none"> • Finale contre la montre en préliminaires en bassin de 25m ou de 50m. • Épreuves individuelles. • Relais à la discrétion du club hôte. • Les points attribués pour chaque épreuve individuelle seront : 7-5-4-3-2-1 pour les 6 premiers de chaque catégorie d'âge. 																		
FORMAT DES RENCONTRES	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <thead> <tr> <th colspan="6">PROGRAMME DES ÉPREUVES OBLIGATOIRES DE L'ORGANISATION</th> </tr> <tr> <th>Manche-1</th> <th>Manche-2</th> <th>Manche-3</th> <th>Manche-4</th> <th>Manche-5</th> <th>Manche-6</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>50m, 100m, 200m, 800 m libre 200 m dos</td> <td>50m, 100m, 200m libre 400m QNI 200m brasse 200m dos</td> <td>50m, 100m, 200m libre 200m QNI 200m papillon 400m libre</td> <td>50m, 100m, 200m libre 200m brasse 200m dos</td> <td>50m, 100m, 200m libre 1500m libre 200m papillon</td> <td>50m, 100m, 200m libre 400m libre 200m QNI 800 m libre</td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> • L'organisation peut offrir plus d'épreuves si elle le désire. • Toutes les épreuves obligatoires d'une manche de la coupe du Québec des maîtres nageurs doivent être offertes lors de la manche. • Chacune de ces manches peut être d'une durée d'une demi-journée à deux journées de compétitions. 	PROGRAMME DES ÉPREUVES OBLIGATOIRES DE L'ORGANISATION						Manche-1	Manche-2	Manche-3	Manche-4	Manche-5	Manche-6	50m, 100m, 200m, 800 m libre 200 m dos	50m, 100m, 200m libre 400m QNI 200m brasse 200m dos	50m, 100m, 200m libre 200m QNI 200m papillon 400m libre	50m, 100m, 200m libre 200m brasse 200m dos	50m, 100m, 200m libre 1500m libre 200m papillon	50m, 100m, 200m libre 400m libre 200m QNI 800 m libre
PROGRAMME DES ÉPREUVES OBLIGATOIRES DE L'ORGANISATION																			
Manche-1	Manche-2	Manche-3	Manche-4	Manche-5	Manche-6														
50m, 100m, 200m, 800 m libre 200 m dos	50m, 100m, 200m libre 400m QNI 200m brasse 200m dos	50m, 100m, 200m libre 200m QNI 200m papillon 400m libre	50m, 100m, 200m libre 200m brasse 200m dos	50m, 100m, 200m libre 1500m libre 200m papillon	50m, 100m, 200m libre 400m libre 200m QNI 800 m libre														
SANCTION ET OCTROI	<ul style="list-style-type: none"> • Toutes les manches doivent être sanctionnées par la Fédération de natation du Québec sur le site de Natation Canada. • Les manches sont octroyées par la Fédération de natation du Québec selon la Politique d'Octroi 2020-2021. 																		
CATÉGORIES DE NAGEURS ADMISSIBLES ET CRITÈRES D'ADMISSIBILITÉ	<ul style="list-style-type: none"> • Le nageur de catégorie « maître nageur non compétitif » a le droit de participer à une (1) compétition en piscine régionale ou provinciale (excluant le Championnat provincial des maîtres nageurs) par saison selon les politiques et les règles établies par la FNQ. • Les nageurs de l'extérieur du Québec doivent être affiliés auprès de leur propre fédération provinciale ou auprès de la fédération nationale. Pour les nageurs de l'extérieur du Canada, ils devront fournir une lettre de leur fédération nationale attestant qu'ils sont membres en règles. 																		
NOMBRE D'ÉPREUVES PAR PARTICIPANT	Maximum de 5 épreuves par nageurs par manche.																		
RÉCOMPENSES	<ul style="list-style-type: none"> • Au choix du comité organisateur tant au niveau des récompenses individuelles que des récompenses d'équipe. • À la conclusion du circuit de gagnants, les catégories suivantes seront déterminées : <ul style="list-style-type: none"> ○ Club gagnant moins de 24 nageurs affiliés « maitres » au 31 mars 2021 ; ○ Club gagnant 25 à 60 nageurs affiliés « maitres » au 31 mars 2021 ; ○ Club gagnant plus de 60 nageurs affiliés « maitres » au 31 mars 2021. • L'équipe gagnante sera déterminée par l'addition des points obtenus lors de chaque manche pour un maximum de quatre manches. Si un club participe à plus de quatre manches (cinq) les quatre meilleurs résultats seront retenus. • Les résultats seront annoncés lors du Championnat provincial des maitres nageurs 2021. 																		
AUTRES RENSEIGNEMENTS POUR L'ORGANISATION	<ul style="list-style-type: none"> • L'attribution des couloirs peut se faire en combinant les deux sexes et les catégories d'âges • L'attribution des couloirs pour toutes les épreuves individuelles et de relais sera établie selon les temps d'inscriptions soumis, sans égard à l'âge des nageurs. • Toutes les épreuves seront nagées SENIOR en finale contre la montre du plus lent au plus rapide. • Les résultats doivent être produits en tenant compte du sexe et de l'âge des participants. • Les inscriptions de relais devront se faire par catégorie d'âge avec le nom des nageurs. Les relais ne peuvent pas changer de catégorie d'âge le jour de la compétition. Un nageur absent peut-être remplacé par un autre nageur à condition que la catégorie d'âge du relais soit respectée tel que lors de l'inscription du relais par le club. 																		

ÉDITIONS 2021 ANNULÉES

3. CHAMPIONNAT PROVINCIAL DES MAÎTRES NAGEURS

OBJECTIF DE COMPÉTITION	Offrir un championnat provincial permettant à tout type de clientèle de compétitionner amicalement et se comparer aux autres athlètes sur la scène provinciale sur un programme complet de natation.
RENSEIGNEMENTS TECHNIQUES	<ul style="list-style-type: none"> • Les temps des 800m libre et 1500m libre devront être prouvés. Les épreuves ne devront pas être nagées pour une première fois en championnat. Aucun N.T. (no time) ne sera accepté sur ces épreuves. • Finale contre la montre. • Épreuves individuelles et relais. • Relais à la discrétion du club hôte. • Le pointage sera le même pour les épreuves individuelles et les épreuves de relais, soit : 11-9-8-7-6-5-4-3-2-1.
FORMAT DE LA RENCONTRE	<ul style="list-style-type: none"> • Épreuves sur 2 jours et demi, trois sessions vendredi soir, samedi et dimanche. • Un bassin 50m divisé en 2X25m - minimum 16 couloirs et équipé de plots de départ dans chacun des bassins.
SANCTION ET OCTROI	Le championnat doit être sanctionné par la Fédération de natation du Québec sur le site de Natation Canada.
CATÉGORIES DE NAGEURS ADMISSIBLES ET CRITÈRES D'ADMISSIBILITÉ	<ul style="list-style-type: none"> • Les maîtres nageurs inscrits compétitifs à la Fédération de natation du Québec sont admissibles. • Les nageurs de catégorie « maître nageur non compétitif » à la Fédération de natation du Québec ne sont pas admissibles. • Les nageurs de l'extérieur du Québec doivent être affiliés auprès de leur propre fédération de natation ou auprès de la fédération nationale. Pour les nageurs de l'extérieur du Québec ils devront fournir une lettre de leur fédération nationale attestant qu'ils sont membres en règle.
NOMBRE D'ÉPREUVES PAR PARTICIPANT	<ul style="list-style-type: none"> • Chaque nageur peut s'inscrire à un total de sept (7) épreuves individuelles pour la rencontre avec un maximum de cinq (5) épreuves individuelles dans une même journée. • Les équipes de relais doivent être obligatoirement formées de membres d'un même club. Les relais mixtes doivent être composés de deux (2) hommes et de deux (2) femmes.
RÉCOMPENSES	<ul style="list-style-type: none"> • Une médaille du Championnat sera remise à chaque nageur lors de l'accueil. • Les gagnants de la 1^{ère} à la 3^{ème} place de chacune des épreuves individuelles et de relais recevront des rubans de position. • Une bannière sera remise à l'équipe du Québec qui aura accumulé le plus haut pointage au classement général de la rencontre. • La FNQ déboursera les frais des récompenses.
AUTRES RENSEIGNEMENTS POUR L'ORGANISATION DU CHAMPIONNAT	<ul style="list-style-type: none"> • Le directeur de rencontre se réserve le droit de faire nager deux personnes de même sexe par couloir pour les épreuves de 400 m, 800 m et 1500 m libre. • Les nageurs inscrits aux épreuves de 800 m ou 1500 m libre devront fournir un chronomètreur pour le départ qui leur sera assigné. • L'attribution des couloirs pour toutes les épreuves individuelles et de relais sera établie selon les temps d'inscriptions soumis, sans égard à l'âge des nageurs et indépendamment si le temps a été fait en bassin de 25m ou de 50m. • Toutes les épreuves seront nagées SENIOR et en finales contre la montre du plus lent au plus rapide. • Les inscriptions de relais devront se faire par catégorie d'âge avec le nom des nageurs. Les relais ne peuvent pas changer de catégorie d'âge le jour de la compétition. Un nageur absent peut-être remplacé par un autre nageur à condition que la catégorie d'âge du relais soit respectée tel que lors de l'inscription du relais par le club.

ÉDITION 2021 ANNULÉE

CHAPITRE 4 – INFORMATIONS POUR COMITÉS ORGANISATEURS

1. RÈGLEMENTS ET PROCÉDURES

Il est important de respecter les règlements et procédures suivantes en tout temps :

- *Règlement des maîtres nageurs FINA* : <https://www.fina.org/content/fina-rules-regulations>
- *Règlement de sécurité en bassin* : <http://www.fnq.qc.ca/disciplines/disciplines-reglements/>
- *Procédure de sécurité pour les échauffements en compétition de Natation Canada* <https://www.swimming.ca/fr/ressources/officiels/reglements-et-formulaires/procedures-de-securite-pour-lechauffement-en-competition/>

2. EXIGENCES POUR LES OFFICIELS LORS DES COMPÉTITIONS

Il est très important d’avoir le personnel minimum requis pour tenir une compétition et en particulier lors de championnats provinciaux. Veuillez vous référer au règlement de Natation Canada CSW1.2.1 pour les détails.

- Dans certaines rencontres, les officiels peuvent cumuler diverses fonctions si elles ne sont pas incompatibles.
- Il est important de rappeler que tous les postes d'officiels de niveau II et plus doivent être occupés par des officiels ayant au moins suivi le stage théorique.
- Le comité de direction de chacune des compétitions devra s'assurer à l'avance d'avoir des officiels compétents en nombre suffisant ou prévoir la formation des officiels qu'il compte assigner à chacun des postes majeurs (niveau II), lors de chaque session.
- La FNQ pourra soutenir les clubs dans la formation des officiels, sur demande, si la requête est effectuée dans un délai de 7 jours ouvrables. Si demandé moins de deux jours ouvrables avant, il n’y a aucune obligation de la part du personnel de la FNQ de répondre au besoin dans un aussi court délai.

3. ÉQUIPE DE SOUTIEN AUX COMPÉTITIONS

Du vendredi au dimanche, une équipe de soutien aux compétitions de la Fédération de natation du Québec est disponible pour les organisateurs et officiels en compétition ou en préparation de compétition. Il sera possible de les rejoindre au 514-252-3200 poste 9. Cette équipe est composée de quatre officiels et deux mentors de niveau 5 pour répondre à vos questions et vous accompagner dans la réalisation de la compétition.

4. PÉNALTÉS

Pénalité pour les résultats de compétitions non-remis dans un délai exigé de huit (8) jours de calendrier

- Une pénalité de **100\$** sera facturée au club :
 - qui n’a pas affiché le fichier de résultats sur le site des compétitions de Natation Canada durant la période de 8 jours après la fin de la compétition
 - **et/ou** qui n’a pas envoyé le fichier de sauvegarde des résultats de la compétition à la Fédération de natation du Québec
- De plus, toute demande de nouvelle sanction sera facturée **au double du tarif indiqué** si un club n’a toujours pas complété les trois exigences demandées dans les huit (8) jours pour une précédente rencontre.
- Aucune autorisation de sanction ne sera accordée lorsqu’un club sera pris en défaut de ne pas avoir retourné les résultats demandés **pour deux rencontres** durant la même saison.

Aucun comité organisateur n’est autorisé à ajouter une pénalité autre que celles indiquées dans l’invitation officielle sanctionnée par la Fédération de natation du Québec. Ceci est applicable pour tous les championnats provinciaux, les festivals et les Coupes du Québec.

5. AUTORISATION DE SANCTION DE COMPÉTITIONS

Pour organiser TOUTE compétition sanctionnée, les frais de sanction de compétition se définissent comme suit :

TYPE DE COMPÉTITION	FRAIS DE SANCTION (c)	FRAIS FIXES DE PARTICIPATION PAR NAGEUR(a)	COÛT POUR UNE ÉPREUVE INDIVIDUELLE	COÛT POUR UNE ÉPREUVE DE RELAIS
INVITATIONS – MAÎTRES NAGEURS				
Local - Intraclub	20 \$ + taxes = 23 \$	0\$	À la discrétion du comité organisateur et/ ou de l'association régionale (d)	
Régionale	20 \$ + taxes = 23 \$			
Provinciale	100 \$ + taxes = 114,98 \$			
MANCHES DE LA COUPE DU QUÉBEC ET CHAMPIONNAT PROVINCIAL				
Manches - Coupe du Québec	100 \$ + taxes = 114,98 \$	0 \$	6,96 \$ + taxes = 8,00 \$	8,26 \$ + taxes = 9,50 \$
Championnat		9,13 \$ + taxes = 10,50 \$	\$	10,87 \$ + taxes = 12,50 \$

Dans tous les types d'invitation ci-dessus, il sera possible d'inclure des maîtres nageurs dans une sanction de compétition avec des nageurs groupes d'âge.

Cependant le comité organisateur devra créer :

- Deux sanctions bien distinctes sur le site de Natation Canada,
- Deux fichiers d'inscriptions Lenex bien distincts,
- Des invitations respectant les règlements de chaque catégorie de nageur,
- Des fichiers de résultats différents pour chaque type de règlements et de nageurs.

Notes importantes :

(a) Les frais fixes par nageur doivent être mentionnés dans l'invitation et ne sont pas remboursables. Le comité organisateur est responsable de percevoir les frais fixes de participation avant la compétition. La FNQ procédera par facturation au club organisateur pour la récupération des frais fixes et de l'autorisation de sanction.

(b) Un club sera exempté de frais d'autorisation de sanction pour ses DEUX PREMIÈRES RENCONTRES INTRACLUBS (incluant rencontre groupes d'âge et maîtres nageurs) de l'année entre le 1er septembre et le 31 août, si la demande est effectuée au minimum 7 jours de calendrier complet avant l'événement.

(c) Les frais d'autorisation de sanction seront augmentés de 50 \$ si la demande est effectuée dans une période de moins de 7 jours ouvrables avant l'événement. Le montant sera augmenté de 100 \$, si demandé moins de 2 jours ouvrables avant l'événement, ET CE, SANS OBLIGATION DE LA PART DU PERSONNEL DE LA FNQ DE RÉPONDRE AU BESOIN DANS UN AUSSI COURT DÉLAI.

(d) Les frais par épreuves individuelles et de relais sont à la discrétion du club ou association organisateur. Cependant, il est recommandé de préserver un coût raisonnable et s'assurer que les informations sur les tarifs soient communiquées rapidement aux clubs participants. Les tarifs officiels devront être connus obligatoirement dans l'invitation.

6. RESPONSABILITÉS DES COMITÉS ORGANISATEURS

Pour organiser TOUTE compétition sanctionnée, les comités organisateurs s'engagent à ce qui suit :

Avant la rencontre :

- > Respecter intégralement les règlements mis en place dans les guides techniques par la Fédération de natation du Québec (FNQ).
- > Respecter tous les règlements de Natation Canada pour la tenue d'une compétition, ainsi que le règlement de sécurité en bassin en vigueur.
- > En cas de divergence :
 - o La version en ligne du guide technique sur le site de la FNQ prévaut.
 - o Les versions en ligne des invitations sur le site de Natation Canada demeurent en tout temps les versions officielles.
 - o Lorsque traduits, les textes français prévalent par rapport aux textes anglais.
- > N'apporter aucune modification ou aucun changement à l'invitation. N'apporter aucune modification ou aucun changement au bulletin technique lors de championnats, festivals et coupes.
- > Pour tous les championnats, festivals et Coupes du Québec, se procurer et déboursier les frais pour les médailles, les trophées, les rubans et les bannières chez notre commanditaire [Trophées Dubois](#) Ltée. De plus, pour les Coupes du Québec, déboursier 50% des frais pour les bourses
- > S'assurer que le logiciel utilisé dans le cadre de la compétition soit à jour avec la plus récente version du logiciel Splash Meet Manager pour la gestion de la rencontre. Veuillez vérifier votre version sur le site web suivant pour voir si des mises à jour sont disponibles : http://wiki.swimrankings.net/index.php/Main_Page.
- > Utiliser obligatoirement l'application mobile SplashMe et l'option d'affichage des résultats en ligne pour tous les championnats, festivals et coupes. Il est recommandé que tous les comités organisateurs rendent les résultats disponibles sur ces plates-formes pour les invitations provinciales.
- > S'assurer que tous les nageurs des clubs canadiens s'inscrivent obligatoirement via la plate-forme en ligne des compétitions de Natation Canada avec une affiliation valide et un numéro de neuf (9) chiffres.
- > Le comité organisateur doit respecter l'échéancier de la procédure d'inscription pour tous les championnats, festivals et coupes.

Après la rencontre :

- > Exporter et télécharger les résultats de la compétition sur le site web de Natation Canada, dans un délai de 24h lorsque possible (au plus tard 8 jours après la compétition) au format habituel (fichier SDIF / CL2) afin de valider les nageurs inscrits et publier les résultats officiels en ligne.
- > Envoyer les résultats et tous les formulaires de réclamations par courriel à sanctions@fnq.ca (au plus tard 8 jours après la compétition). C'est la sauvegarde complète, soit le fichier de sauvegarde au format SMB de Meet Manager, qui doit être transmise à la FNQ après avoir réussi la validation et déposé le fichier résultats sur le site de Natation Canada.
- > Percevoir les frais fixes d'inscription associés aux différentes compétitions selon la grille publiée. La FNQ procèdera par facturation auprès du club organisateur suivant la réception des résultats de la compétition. Les frais d'inscription sont facturés en même temps que l'inscription des nageurs et ils ne sont pas remboursables.
- > Faire parvenir les formulaires d'accidents complétés et signés par les responsables.

Toute compétition doit se dérouler en présence d'un directeur de rencontre et d'un juge-arbitre certifié. Un non-respect de cette règle entraîne l'annulation de tous les temps réalisés par les nageurs et les expériences des officiels ne seront pas reconnues.

Le juge-arbitre doit s'assurer du respect par tous les entraîneurs et les participants des normes incluses dans le livre de règlements de Natation Canada et le règlement de sécurité en bassin de la FNQ.

GUIDE TECHNIQUE EAU LIBRE

TABLE DES MATIÈRES

CHAPITRE 1 – INFORMATIONS GÉNÉRALES	40
1. Admissibilité et adhésion à un événement	40
2. Types d'épreuves offertes	41
3. Structure de compétitions selon les types d'événements au Québec	42
CHAPITRE 2 – ÉVÉNEMENTS EN EAU LIBRE	43
1. Marquage et vérifications d'avant-course.....	43
2. Ravitaillement	43
3. Maillots et équipement	43
4. Catégories d'âges	45
5. Temps limite.....	45
6. Formalités pour les longues distances.....	45
7. Paranageurs.....	46
8. Événements intérieurs.....	46
CHAPITRE 3 – TYPES D'ÉPREUVES	47
1. Épreuve compétitive.....	47
Championnat provincial.....	49
2. Étape du circuit Coupe Espoir Canada du Carrossier ProColor	50
3. Épreuve récréative.....	51
4. Épreuve découverte.....	53
CHAPITRE 4 – INFORMATIONS POUR LES COMITÉS ORGANISATEURS	54
1. Adhésion d'un comité organisateur.....	54
2. Types de sanctions	54
3. Autorisation de sanction.....	54
4. Exigences des clubs et comités organisateurs	55
5. Exigences pour les officiels.....	55
6. Procédure d'inscription	56
7. Règlements et procédures	56
8. Pénalités	57

Cette section du guide ne concerne que la natation en eau libre
La version disponible en ligne demeure en tout temps la version officielle
Assurez-vous de toujours avoir une version à jour.

<http://www.fnq.qc.ca/disciplines/disciplines-guide-technique/>

CHAPITRE 1 – INFORMATIONS GÉNÉRALES

1. Admissibilité et adhésion à un événement

Pour être admissible à prendre part à tout événement de natation en eau libre sanctionné, un nageur doit :

- *Respecter les limites d'âge établies par le comité organisateur*

ET

- *Posséder l'une des adhésions suivantes pour la saison en cours ;*
 - Adhésion à un club de natation de la FNQ
 - Adhésion à une association provinciale de natation.
 - Adhésion à un organisme membre de la FINA (pour les événements internationaux).
 - Adhésion par événement – membre individuel (pour les participants non-membres).

Un nageur **membre** d'un club de natation et qui désire participer à un événement de natation en eau libre doit s'inscrire selon les modalités d'inscription du comité organisateur. S'il y a possibilité de s'inscrire sur place, le nageur devra fournir sa preuve d'adhésion avec son numéro valide sur la saison en cours, sans quoi il devra se procurer *une adhésion par événement – membre individuel*. Le nageur peut consulter son numéro d'adhésion sur son compte dans le système de Natation Canada.

Adhésion par événement – membre individuel

- Le nageur n'étant pas membre de la FNQ ou d'un organisme membre de la FINA, devra remplir le *formulaire d'adhésion par événement – membre individuel* lors de chaque événement auquel il participera. **Les frais de 12\$** ne sont pas pour l'adhésion du nageur auprès d'un club de natation, mais uniquement pour l'adhésion temporaire à la FNQ et à Natation Canada, durant la totalité de l'événement de natation en eau libre.
 - Il nagera alors **« sans attache »** et l'on pointage au classement ne sera pas compilé pour aucune équipe, si classement d'équipe il y a.
 - Le participant aura également le choix de compétitionner en tant que nageur groupe âge ou maître nageur au moment de remplir son formulaire.

[Formulaire d'adhésion par événement – membre individuel](#)

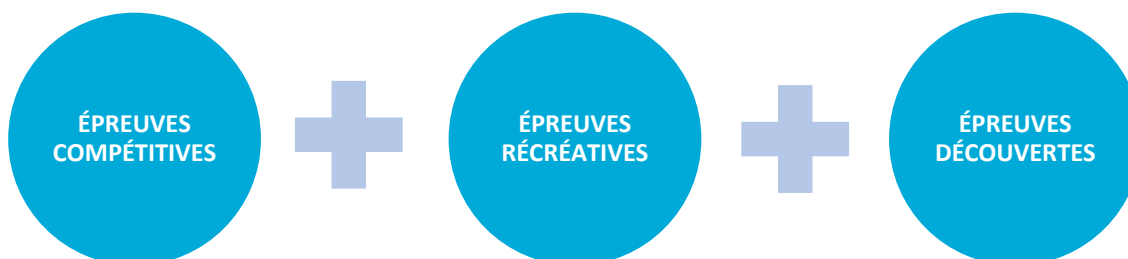
Pénalités

- Un nageur n'étant pas membre d'un club de natation en bonne et due forme et affirmant le contraire ou qui ne paie pas ses frais d'adhésion par événement sera disqualifié de toutes les épreuves, en plus de se voir dans l'impossibilité de prendre part à un autre événement sanctionné de natation en eau libre dans la même saison. Les frais d'inscription ne seront pas remboursés.

- **Un nageur de 10 ans et moins peut participer à une épreuve découverte.**
- **Un nageur de 11 ans peut nager une épreuve de 1km maximum.**
- **Un nageur de 12 ou 13 ans peut nager une épreuve de 2,5km maximum.**
- **Un nageur de 14 ans ou plus peut nager toutes les distances.**

2. Types d'épreuves offertes

Un événement en eau libre sanctionné au Québec peut comprendre plusieurs types d'épreuves différentes. Le tableau ci-dessous se veut un tableau synthèse des types d'épreuves en eau libre de la FNQ. Pour plus d'information et de précision, il est important de lire la totalité de ce guide technique.



Type d'épreuve	Public cible	Définition	Distance proposée
Événement d'eau libre extérieur			
Épreuves découvertes	5 ans et +	Ont comme objectif premier d'offrir un événement accessible, sécuritaire, encadré et dynamique. Elles permettent à n'importe qui de s'initier à l'eau libre en toute sécurité, et ce peu importe son âge. Offertes dans le cadre d'un événement sanctionné seulement, elles nécessitent l'approbation de la FNQ.	750m et -
Épreuves récréatives	11 ans et +	Visent à parfaire ses aptitudes de nageur et à poursuivre la pratique du sport dans un cadre sécuritaire, dans une optique inclusive et peu contraignante. Ne sont pas dans l'obligation de fournir un temps et/ou un classement à l'issue des épreuves. La tenue de ce type d'épreuve doit se conformer aux règlements retrouvés dans ce guide. Les points non-mentionnés sont à la discrétion du comité organisateur.	200m et +
Épreuves compétitives	11 ans et +	Permettent de développer ses qualités compétitives de natation en eau libre et de se mesurer aux meilleurs nageurs. Comprennent toutes les épreuves ayant un enjeu de sélection. Elles sont ouvertes à tous, mais l'application à la lettre du règlement de Natation Canada y est priorisée pour le développement et la performance des nageurs compétitifs. Une plus grande présence d'officiels est requise.	1km et +
Événement d'eau libre intérieur			
Circuit en piscine	11 ans et +	Épreuves en piscine de natation en eau libre, sans câbles, avec bouées de contournement et plaque d'arrivée. Vise à développer les technicalités propres à la natation en eau libre à longueur d'année.	200m et +

Plusieurs types d'épreuves peuvent être organisées sans restriction dans un même événement.

3. Structure de compétitions selon les types d'événements au Québec



ÉVÉNEMENTS RÉGIONAUX

- Événement multisport
- Invitation régionale
- Sélection régionale
- Tournoi intérieur d'eau libre

**Inclusion et
dépassement
personnel**



ÉVÉNEMENTS PROVINCIAUX

- Événement multisport
- Invitation provinciale
- Sélection provinciale
- Circuit Coupe Espoir Canada
- Championnat provincial
- Jeux du Québec
- Tournoi intérieur d'eau libre

**Développement
et performance**



ÉVÉNEMENTS NATIONAUX/INTERNATIONAUX

- Essais canadiens
- Séries marathons / ultramarathons FINA
- Grands Jeux
- Championnats du monde FINA

Performance

CHAPITRE 2 – ÉVÉNEMENTS EN EAU LIBRE

1. Marquage et vérifications d'avant-course

Numéros

Avant le départ, les nageurs doivent obligatoirement se faire marquer leurs numéros ;

- Sur chaque haut des bras et haut des omoplates. Les numéros doivent être marqués à la verticale sur les bras et à l'horizontale sur les omoplates.
- Lorsque la course requiert le port d'une combinaison isothermique (wetsuit), le nageur devra se faire marquer sur chaque main et clairement sur le casque de bain.

Ongles, bijoux et montres intelligentes

- Les ongles jugés trop longs par le commis de course devront être coupés avant chaque épreuve.
- Les bijoux sont interdits dans tous les types d'épreuves.
- Le port d'une montre de type intelligente est interdit, excepté lors d'une épreuve récréative* si le CO l'a préalablement autorisé, tant et aussi longtemps que la montre respecte des dimensions acceptables.
- Tout autre type de montre est interdite.

**Le juge arbitre en chef peut décider en tout temps si une montre est sécuritaire ou non, et si le participant peut prendre le départ de la course avec une telle montre.*

2. Ravitaillement

Certaines épreuves doivent s'assurer d'offrir une ou des zones de ravitaillement pour les athlètes sans escortes.

- Nombre de zones de ravitaillement pour les épreuves;
 - de 5 km et moins: *optionnel*
 - plus de 5 km et moins de 10 km: *au moins une (1)*
 - de 10 km et plus: *au moins une (1) pour chaque 2,5 kilomètres*

Cette zone doit être sécuritaire et suivre le parcours.

Pour les épreuves compétitives;

- Une plate-forme de ravitaillement devra être fournie et fixée au parcours. En plus d'être sécuritaire, elle devra être en mesure d'accommoder le nombre de nageurs et de ravitailleurs présents.
- Les plateformes de ravitaillement devront être localisées sur les limites intérieures ou extérieures du parcours et ne pas nécessiter de détour pour les nageurs.

3. Maillots et équipement

Aucun nageur n'a le droit de porter ou d'utiliser un objet qui pourrait aider à nager plus rapidement, plus longtemps ou à flotter davantage (OWS 6.10).

Équipement accepté ;

Casque de bain

- Un nombre maximal de deux (2) casques peut être utilisé lors d'une épreuve.
- Le casque principal doit clairement mettre en évidence, au centre, le numéro du nageur.
- Pour les participants maîtres nageurs, le règlement MOWS 4 doit être respecté et le port d'un casque de bain de couleur visible.

Maillot :

- Seuls les maillots respectant les spécificités des maillots de natation en eau libre de la FINA pourront être portés lors d'un événement compétitif.

Liste des maillots de natation approuvés par la FINA

- Les maillots pour les hommes et pour les femmes ne peuvent pas couvrir le cou et ne peuvent pas dépasser les épaules ou les chevilles. Aucune fermeture éclair n'est permise. (BL 8.4)

Combinaison isothermique :

- Autant chez les hommes que chez les femmes, elle doit couvrir complètement le torse, le dos, les épaules et les genoux et ne doit pas aller plus loin que le cou, les poignets et les chevilles.
- L'épaisseur au minimum doit être de 3mm et au maximum de 5mm pour un événement compétitif
- Aucune forme additionnelle sur la surface du wetsuit n'est permise (ailerons...)

Port de la combinaison isothermique	Température de l'eau
Obligatoire	16,00°C – 17,99°C
Optionnel	18,00°C – 19,99°C
Interdit	20,0°C et plus

Une épreuve récréative peut décider de permettre ;

- Le port de combinaisons non approuvées par la FINA ;
- Le port d'une combinaison isothermique si la température n'excède pas 24,6°C ;
- L'utilisation d'une bouée réglementée ;
- Le port de palmes.

Utilisation d'une bouée

Uniquement lors d'une épreuve récréative et si le comité organisateur prend les mesures nécessaires pour assurer une sécurité adéquate, le port d'une bouée gonflable est permis.

- Le départ et l'épreuve doivent être organisés en fonction de favoriser la nage individuelle et non en peloton.
- La corde de la bouée ne doit pas être plus longue qu'un (1) mètre.
- La bouée doit être fait d'un matériel malléable et ne doit pas causer de risque de blessure.
- Si un nageur tire volontairement sur la bouée d'un autre nageur, il sera disqualifié.

Port des palmes

Lors d'une épreuve récréative, le comité organisateur peut prendre la décision de permettre le port des palmes sur ;

- L'entièreté des épreuves ou;
- Une/des épreuves ciblées.

Cependant, une catégorie supplémentaire « Avec palmes » doit être proposée et un départ séparé devra être donné. De plus, les membres de cette catégorie auront leur propre classement, ou seront considérés « hors-concours » et ne compteront dans un aucun classement ni pointage.

- Il sera de la responsabilité du CO de prévoir un parcours adapté à cette réalité (i.e. départ et arrivée dans l'eau).
- Seules les bi-palmes de types « courtes » sont permises. Les bi-palmes de types « apnée » ou « chasse » et les mono palmes ne sont pas acceptées.

4. Catégories d'âges



L'âge pour les nageurs groupes d'âges doit être pris au premier jour de l'événement.

- **Lors d'épreuves compétitives**, le CO doit prévoir les catégories suivantes :
 - Épreuve individuelle : 11-12 ans, 13-14 ans, 15-17 ans, 18 ans et plus*.
 - Épreuve à relais : 17 ans et moins, 18 ans et plus.

Distances	Catégories d'âge
1km et moins	11-12 ans, 13-14 ans, 15-17 ans, 18 ans et plus
Entre 1km et 2,5km inclusivement	12 ans, 13-14 ans, 15-17 ans, 18 ans et plus
5km et plus	14 ans, 15-17 ans, 18 ans et plus

**Excepté pour une épreuve de championnat provincial ou une étape du circuit Coupe Espoir Canada du Carrossier ProColor*



L'âge pour les maîtres nageurs doit être pris au 31 décembre de la même année.

- **Lors d'épreuves compétitives**, les épreuves des événements sanctionnés « maîtres nageurs en eau libre » doivent respecter les catégories d'âge du règlement maître nageur de Natation Canada et les résultats doivent être sortis sur une liste séparée.

Lors d'épreuves récréatives, le CO peut instaurer les catégories d'âge de son choix.

5. Temps limite

Il y a une différence entre le temps limite accordé pour être éligible au classement d'une épreuve et le temps limite pour compléter une épreuve. Lors d'une épreuve de natation en eau libre, les temps limites accordés aux nageurs doivent être publiés dans l'invitation. Ils doivent être calculés en fonction du premier nageur arrivé de chaque genre. Les épreuves ayant des catégories d'âge différentes devront avoir des temps limites appliqués en conséquence, à l'exception des catégories d'âge chez les maîtres nageurs.

Temps limite pour être éligible à un classement et à l'attribution des points



Pour un nageur groupe d'âge

Le temps limite accordé est de 15 minutes par tranche de 5km après le premier nageur de chaque sexe arrivé, jusqu'au temps maximal de 120 minutes. (OWS 6.17)



Pour un maître nageur

Le temps limite accordé est de 30 minutes par tranche de 5km après le premier maître nageur de chaque sexe arrivé.

Temps limite pour terminer la course

- **Pour terminer la course**, le temps limite accordé est à la discrétion du comité organisateur, selon ses restrictions, mais la FINA propose une limite de 120 minutes après l'arrivée du premier nageur de chaque sexe et de chaque catégorie.

Lorsque nageurs et maîtres nageurs nagent dans une même épreuve, chaque catégorie doit respecter ses propres temps limite.

6. Formalités facultatives pour les longues distances

Pour des mesures de sécurité, certaines épreuves pourraient nécessiter l'approbation d'un dossier du nageur afin d'y prendre part. Par exemple :

- Pour un maître nageur ou un adhérent par événement, un dossier pourrait être requis pour les épreuves de plus de 5 km.
- Pour un nageur compétitif, adhérent à Natation Canada, un dossier pourrait être requis pour les épreuves de plus de 10km.

Un comité organisateur peut donc se réserver le droit d'accepter ou de refuser un participant sur les bases du dossier que celui-ci leur fournira lors de l'inscription en ligne.

Le dossier peut comprendre :

- Un historique des expériences de nage (en eau libre, sinon en piscine) du participant.
- Un formulaire de santé du participant.

7. Paranageurs

Les paranageurs sont autorisés à participer aux événements d'eau libre. Il est de leur responsabilité d'aviser le CO et le juge-arbitre en chef de leur situation en leur fournissant leur classe sportive.

- Il reste à la discrétion d'un CO d'accepter l'inscription d'un paranageur, s'il est en mesure d'accommoder le paranageur ou si ce dernier menace la sécurité des autres nageurs.

8. Événements intérieurs

Cette section du Guide technique vise à encadrer l'organisation, en bassin intérieur, d'événements de natation en eau libre. Nager en eau libre requiert plusieurs compétences et peut être pratiqué en organisant des circuits d'eau libre intérieur.

- **L'événement** doit être sanctionné par la FNQ comme une compétition en piscine (frais de sanction en piscine)
- **Les épreuves** peuvent être récréatives ou compétitives selon le présent Guide technique en eau libre.
- **Les adhérents d'un jour** sont autorisés à participer.

Types de départs	Dans l'eau, une main sur une corde, ou au mur (poussée acceptée).			
Règlements	FINA, Natation Canada, Guide Technique et Règlement de sécurité			
Plaque d'arrivée	Située au minimum à 2,5m du mur. Pas directement sur le parcours.			
Bouées de contournement	À distance minimale de 2,5m des murs. Fait de matériel sécuritaire et flexible.			
Bassin nécessaire	Minimum 8 couloirs (25m) – Minimum 6 couloirs (50m)			
Distances maximales autorisées :	Entre 100m et 3km	Piscines 6 couloirs	25m	50m
		Piscines 8 couloirs	N/A	2km
		Piscines 10 couloirs +	1km	2,5km
Ravitaillement	Autorisé pour les distances de plus de 1km.			
	Perche/bâton de ravitaillement conforme aux règlements FINA est obligatoire. (OWS 6.16) Interdiction de toucher le bord de la piscine ou la perche de ravitaillement. (OWS 6.15)			

CHAPITRE 3 – TYPES D'ÉPREUVES

Un événement de natation en eau libre peut comprendre plusieurs types d'épreuves.

Plusieurs types d'épreuves peuvent être organisées sans restriction dans un même événement.

Par exemple, un 5km compétitif peut à la fois être une épreuve de championnat provincial et une épreuve du circuit Coupe Espoir Canada du Carrossier ProColor, en plus d'accepter des nageurs récréatifs et des maîtres-nageurs (en autant qu'ils soient conscients que le règlement compétitif est suivi dans cette situation).

Une épreuve compétitive ne peut être dans l'eau en même temps qu'une épreuve récréative. Dans le cas échéant, l'épreuve récréative doit suivre les règles d'une épreuve compétitive.

1. Épreuve compétitive



			Nageurs groupes d'âge	Maîtres nageurs
Admissibilité	Âge	Les contraintes d'âge auxquels le nageur est autorisé à participer à une épreuve compétitive	11 ans +	18 ans +
	Adhésion	Les participants doivent être membre en règle de la FNQ, d'un organisme membre de la FINA ou s'être procuré l'adhésion par événement.	Oui	Oui
	Formalités d'inscription	Il est conseillé de demander un dossier du nageur pour des épreuves plus longues. À la discrétion du CO.	10km et +	5km et +
	Classement	Des classements propres à chaque catégorie doivent être publiés.	Oui	Oui
Parcours	Profondeur	Contraintes à respecter pour la profondeur de l'eau sur l'ensemble du parcours.	Min. 1,40m	Min. 1,40m
	Température	Contraintes à respecter pour la température de l'eau sur l'ensemble du parcours.	Min : 16,0 °C Max : 31,0 °C	Min : 18,0 °C Max : 31,0 °C
	Type de circuit	Le type de circuit à suivre pour les différentes épreuves. (Ouvert ou fermé)	Au choix du CO	Au choix du CO
	Types de départs	Le type de départ autorisé pour les différentes épreuves.	Selon OWS 4.1	Selon OWS 4.1
	Distances proposées	Tente de se rapprocher des distances traditionnelles FINA (1-2-5-10-25km)	Oui	Oui
	Ravitaillement	Pour quelles distances une zone de ravitaillement est-elle obligatoire ?	+ de 5km	+de 5km
Équipement	Maillot	Toutes combinaisons utilisées doivent faire partie de la liste des maillots de natation approuvés par la FINA	Oui	Oui
	Combinaison isothermique	Les températures allouant l'utilisant d'un wetsuit	16,0°C: Oblig. 18,0°C: Facult. 20,0°C: Interdit	18,0°C: Facult. 20,0°C: Interdit

	Casques de bain	<i>Les règles à suivre par rapport au port du casque de bain.</i>	<i>Selon OWS 6.10</i>	<i>Selon MOWS 4</i>
	Équipement récréatif	<i>L'utilisation de bouées, de palmes et le port de montres intelligentes.</i>	<i>Non</i>	<i>Non</i>
Déroulement	Catégories d'âges	<i>Le CO doit utiliser des catégories d'âge préétablies.</i>	<i>Oui</i>	<i>Oui</i>
	Nombre d'épreuves	<i>Le CO doit imposer une limite au nombre d'épreuve par participants.</i>	<i>Au choix du CO</i>	<i>Au choix du CO</i>
	Chronométrage et classement	<i>Le CO doit offrir le chronométrage et des classements pour tous les participants et selon leur groupe d'âge et leur sexe.</i>	<i>Oui</i>	<i>Oui</i>
	Temps limite pour se classer	<i>Temps alloué après le premier nageur de sa catégorie pour être admissible au classement, au pointage ou aux bourses.</i>	<i>15min / 5km</i>	<i>30min / 5km</i>
	Temps limite pour terminer	<i>Temps alloué après le premier nageur de sa catégorie pour terminer la course.</i>	<i>Au choix du CO (max. 120 min)</i>	<i>Au choix du CO (max. 120 min)</i>
	Récompenses	<i>Le CO doit fournir des récompenses aux gagnants de chaque catégorie et aux équipes gagnantes.</i>	<i>Non</i>	<i>Non</i>
Règlements	Eau libre Natation Canada	<i>Doit suivre le règlement d'eau libre de Natation Canada.</i>	<i>Oui</i>	<i>Oui</i>
	Maître nageur eau libre Natation Canada	<i>Doit suivre le règlement de maître nageur en eau libre de Natation Canada.</i>	<i>Non</i>	<i>Oui</i>
	Règlement de sécurité en eau libre au Québec	<i>Doit suivre le règlement de sécurité en eau libre du Québec.</i>	<i>Oui</i>	<i>Oui</i>
	Guide technique en eau libre	<i>Doit suivre les lignes directrices du présent Guide Technique en eau libre de la FNQ.</i>	<i>Oui</i>	<i>Oui</i>

Championnat provincial



En plus de respecter les règlements d'une épreuve compétitive, les épreuves de championnat provincial doivent également respecter les suivantes;

		Nageurs groupes d'âge	Maîtres nageurs
Classement	<i>Des classements propres à chacune des épreuves du championnat provincial doivent être sortis.</i>	Oui	Non
Type de circuit	<i>Le type de circuit à suivre pour les différentes épreuves. (Ouvert ou fermé)</i>	Fermé	N/A
Distances et catégories d'âges	<i>Les distances et les catégories d'âges sont préétablis par la FNQ.</i>	Oui	N/A
Nombre d'épreuves	<i>Le CO doit imposer une limite au nombre d'épreuve individuelle par participants.</i>	1 épreuve ind. max.	N/A
Temps limite pour terminer	<i>Temps alloué après le premier nageur de sa catégorie pour terminer la course.</i>	Au choix du CO (max. 120 min)	N/A
Récompenses	<i>Les trois premiers de chaque catégorie recevront une médaille dans chacune des épreuves. Le club ayant fait le plus de points se verra remettre une bannière.</i>	Obligatoire	N/A

Épreuves individuelles :

Catégories d'âge	Distances
11-12 ans	1km
13-14 ans	2km
14*-17 ans / 18 ans et +	5km

* Un nageur de 14 ans peut prendre la décision de participer au 2km ou au 5km.

Épreuves de relais :

Catégorie d'âge	Distances
11-17 ans et 18 ans et + (mixte)	2x500m

Classement par équipe

Lors du championnat provincial d'eau libre, l'addition des points obtenus par chaque nageur déterminera le club gagnant. Une bannière sera remise au club ayant cumulé le plus de points.

• 5km :	35-30-25-19-17-15-13-11-10-9-8-7-6-5-4 et 3 points*
• 1 et 2km :	30-26-22-17-15-13-11-9-8-7-6-5-4-3 et 2 points*
• Relais 2x500m :	40-30-20-12-8-6 et 4 points**

* Dans les courses individuelles, après les 15 premiers arrivés, tous les nageurs terminant la course dans le temps limite alloué pour être classé obtiendront le même nombre de points que la 16^e position.

**Uniquement les deux meilleures équipes de relais de chaque club pourront faire des points dans le classement des relais. Les autres équipes de ce même club seront retirées de l'équation et n'influenceront pas sur le classement des clubs.



Il est à noter qu'il n'y a pas de championnat provincial d'eau libre chez les maîtres nageurs. L'événement doit comprendre conjointement une invitation maître nageur au championnat provincial groupe d'âge pour permettre aux maîtres nageurs de participer à une épreuve de championnat provincial.

L'attribution du championnat provincial d'eau libre extérieur reste à la discrétion de la FNQ.

Étape du circuit Coupe Espoir Canada du Carrossier ProColor



En plus de respecter les règlements d'une épreuve compétitive, les épreuves d'étapes du circuit Coupe Espoir Canada du Carrossier ProColor doivent également respecter les règles suivantes;

		Nageurs groupes d'âge	Maîtres nageurs
Âge	Catégorie d'âge propre au circuit ProColor.	14-19 ans	N/A
Classement	Un classement ProColor doit être sorti.	Oui	N/A
Distances	Le choix des distances est déterminé par le comité ProColor	Oui	N/A
Règlement ProColor	En plus des règlements à suivre lors d'une épreuve compétitive, une épreuve ProColor compétitive doit suivre le Règlement ProColor.	Obligatoire	N/A

Classement par étape

Chaque nageur terminant dans les temps limite se verra accorder le nombre de points suivant le barème ci-dessous, et ce, pour chacune des étapes du circuit Coupe Espoir Canada du Carrossier ProColor.

1^{ère} position :	40 points	6^e position :	22 points	11^e position :	12 points
2^e position :	36 points	7^e position :	20 points	12^e position :	10 points
3^e position :	32 points	8^e position :	18 points	13^e position :	8 points
4^e position :	28 points	9^e position :	16 points	14^e position :	6 points
5^e position :	24 points	10^e position :	14 points	15^e et plus* :	4 points

** Dans les courses individuelles, après les 14 premiers arrivés, tous les nageurs terminant la course dans le temps limite alloué pour être classé obtiendront le même nombre de points que la 15^e position.*

Chaque étape peut faire partie d'un événement à part entière sanctionné par la FNQ. L'organisation d'une nouvelle étape doit être approuvée par le comité composé des dirigeants des autres étapes et du représentant de la FNQ.

2. Épreuve récréative



		<i>Nageurs groupes d'âge</i>	<i>Maîtres nageurs</i>	
Admissibilité	Âge	<i>Les contraintes d'âge auxquels le nageur est autorisé à participer à une épreuve récréative.</i>	11 ans +	18 ans +
	Adhésion	<i>Les participants doivent être membre en règle de la FNQ, d'un organisme membre de la FINA ou s'être procuré l'adhésion par événement.</i>	Oui	Oui
	Formalités d'inscription	<i>Il est conseillé de demander un dossier du nageur pour des épreuves plus longues. À la discrétion du CO.</i>	10km et +	5km et +
	Classement	<i>Des classements propres à chaque catégorie doivent être sortis.</i>	Oui	Oui
	Profondeur	<i>Contraintes à respecter pour la profondeur de l'eau sur l'ensemble du parcours.</i>	Min. 1,40m	Min. 1,40m
Parcours	Température	<i>Contraintes à respecter pour la température de l'eau sur l'ensemble du parcours.</i>	Min : 16,0 °C Max : 31,0 °C	Min : 18,0 °C Max : 31,0 °C
	Type de circuit	<i>Le type de circuit à adopter pour les différentes épreuves. (Ouvert ou fermé)</i>	Au choix du CO	Au choix du CO
	Types de départs	<i>Le type de départ autorisé pour les différentes épreuves.</i>	Au choix du CO	Au choix du CO
	Distances proposées	<i>Tente de se rapprocher des distances traditionnelles (1-2-5-10-25km)</i>	Au choix du CO	Au choix du CO
	Ravitaillement	<i>Pour quelles distances une zone de ravitaillement est-elle obligatoire ?</i>	+ de 5km	+ de 5km
Équipement	Maillot	<i>Toutes les combinaisons utilisées doivent faire partie de la liste des maillots de natation approuvés par la FINA.</i>	Non	Non
	Combinaison isothermique	<i>Les températures régissant l'utilisant d'une combinaison isothermique (wetsuit)</i>	16,0°C: Oblig. 18,0°C: Facult. 25,0°C: Interdit	18,0°C: Facult. 25,0°C: Interdit
	Casques de bain	<i>Les règles à suivre par rapport au port du casque de bain.</i>	Au choix du CO	Selon MOWS 4
	Équipement récréatif	<i>L'utilisation de bouées, de palmes courtes et le port de montres intelligentes.</i>	Oui	Oui
	Groupes d'âges	<i>Le CO doit utiliser des groupes d'âge préétablis.</i>	Non	Oui
Déroutement	Nombre d'épreuves	<i>Le CO doit imposer une limite au nombre d'épreuve par participants.</i>	Au choix du CO	Au choix du CO
	Chronométrage et classement	<i>Le CO doit offrir le chronométrage et des classements pour tous les participants et selon leur groupe d'âge et leur sexe.</i>	Au choix du CO	Au choix du CO
	Temps limite pour se classer	<i>Temps alloué après le premier nageur de sa catégorie pour être admissible au classement, au pointage ou aux bourses.</i>	N/A	N/A
	Temps limite pour terminer	<i>Temps alloué après le premier nageur de sa catégorie pour terminer la course.</i>	Au choix du CO (max. 120 min)	Au choix du CO (max. 120 min)
	Récompenses	<i>Le CO doit fournir des récompenses aux gagnants de chaque catégorie et aux équipes gagnantes.</i>	Au choix du CO	Au choix du CO

Règlements	Eau libre Natation Canada	<i>Doit suivre le règlement d'eau libre de Natation Canada.</i>	<i>Oui</i>	<i>Non</i>
	Maître nageur eau libre Natation Canada	<i>Doit suivre le règlement de maître nageur en eau libre de Natation Canada.</i>	<i>Non</i>	<i>Oui</i>
	Règlement de sécurité en eau libre au Québec	<i>Doit suivre le règlement de sécurité en eau libre du Québec.</i>	<i>Oui</i>	<i>Oui</i>
	Guide technique en eau libre	<i>Doit suivre les lignes directrices du présent Guide Technique en eau libre de la FNQ.</i>	<i>Oui</i>	<i>Oui</i>

3. Épreuve découverte

		5-8 ans	9-12 ans	13 ans +
Admissibilité	Âge	<i>Les contraintes d'âge auxquels le nageur est autorisé à participer à une épreuve compétitive</i>		
	Adhésion	<i>Les participants doivent être membre en règle de la FNQ, d'un organisme membre de la FINA ou s'être procuré l'adhésion par événement.</i>		
	Test « Savoir-Nager »	<i>Test d'évaluation des aptitudes de nage tel que recommandé par la Société de Sauvetage du Québec.</i>		
	Profondeur	<i>Contraintes à respecter pour la profondeur de l'eau sur l'ensemble du parcours.</i>		
Parcours	Température	<i>Contraintes à respecter pour la température de l'eau sur l'ensemble du parcours.</i>		
	Distance de la rive	<i>Distance maximale que le parcours peut s'éloigner de la rive.</i>		
	Type de circuit	<i>Le type de circuit à suivre pour les différentes épreuves. (Ouvert ou fermé)</i>		
	Types de départs	<i>Le type de départ autorisé pour les différentes épreuves.</i>		
Équipement	Distances	<i>Distances approuvées par catégories d'âge</i>		
	Maillot	<i>Toutes combinaisons utilisées doivent faire partie de la liste des maillots de natation approuvés par la FINA</i>		
	Casques de bain	<i>Le port d'un casque de bain aux couleurs visibles est obligatoire</i>		
	Veste de flottaison	<i>Le port d'une veste de flottaison individuelle (VFI).</i>		

TEST SAVOIR NAGER

Tous les participants devront effectuer un test d'évaluation des aptitudes de nage à l'endroit prévu par le comité organisateur, tel que recommandé par la Société de Sauvetage du Québec.

http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/loisir-sport/encadrement_aquatique_fr.pdf

On s'assure ainsi de valider les habiletés des enfants dans le cadre de la baignade dans un milieu surveillé par des surveillants-sauveteurs et sous l'encadrement d'un accompagnateur.

**Une demande d'approbation est nécessaire pour une activité découverte;*

Une fois son événement sanctionné, un comité organisateur peut organiser une activité découverte dans le cadre de cet événement, et ce sans frais supplémentaires de sanction, en la faisant approuver par la FNQ. Pour ce faire, le CO doit envoyer le formulaire d'approbation d'activité découverte rempli au représentant de la Fédération et attendre son approbation.

Formulaire d'approbation d'une activité découverte

CHAPITRE 4 – INFORMATIONS POUR LES COMITÉS ORGANISATEURS

1. Adhésion d'un comité organisateur

Tout club ou comité organisateur membre en bonne et due forme de la FNQ, peut organiser un événement de natation en eau libre.

Pour un comité organisateur ne faisant pas partie d'un club membre de la FNQ, il doit d'abord **ADHÉRER** à la FNQ. Il doit alors remplir le formulaire d'adhésion à titre de membre partenaire pour un comité organisateur en eau libre. Des frais de 150\$ sont demandés, **en plus des frais de sanction de l'événement**.

Formulaire d'adhésion à titre de membre partenaire – comité organisateur

2. Types de sanctions

*Une fois l'adhésion du club de natation ou du comité approuvée par la FNQ, l'événement de natation en eau libre doit respecter les conditions de la FNQ mentionnées dans ce guide technique. Pour ce faire, le comité organisateur doit faire **SANCTIONNER** son événement selon la clientèle visée. Un événement peut posséder différents types de sanctions;*



Sanction eau libre

Permet à tous les nageurs inscrits comme « **nageurs compétitifs** » dans un club de natation membre de la FNQ ou comme « **adhérant par événement – membre individuel** » de s'inscrire à l'événement de natation en eau libre.

Permet aux nageurs inscrits comme « **nageurs non-compétitifs** » et n'ayant pas encore pris part à une compétition de natation en piscine et/ou en eau libre, lors de la saison en cours, de s'inscrire à l'événement de natation en eau libre.



Sanction eau libre maître nageur

Permet à tous les maîtres nageurs inscrits comme « **maîtres nageurs compétitifs** » dans un club de natation membre de la FNQ de participer à l'événement de natation en eau libre.

Permet aux maîtres-nageurs inscrits comme « **maîtres nageurs non-compétitifs** » et n'ayant pas encore pris part à une compétition de natation en piscine et/ou en eau libre, lors de la saison en cours, de s'inscrire à l'événement de natation en eau libre.

Un membre non-compétitif ayant déjà participé à une compétition dans la saison et désirant en faire plus, peut changer son type d'adhésion en cours de saison à n'importe quel moment, engendrant la différence des frais des deux catégories d'adhésion.

3. Autorisation de sanction

Afin de sanctionner son événement, un comité organisateur doit en faire la demande sur Natation Canada et envoyer son invitation, incluant son fichier d'inscription, qui devra ensuite être approuvés par la FNQ. Il est bien important d'y préciser le type de règlement suivi (compétitif ou récréatif). La FNQ demeure disponible pour diriger les CO utilisant cette plateforme pour la première fois.

*Les frais de sanction d'un événement en eau libre **en bassin extérieur** se définissent comme suit :*

DESCRIPTION	PRIX
Frais de sanction eau libre et/ou eau libre « maître nageur »	100\$+taxes
Frais d'adhésion à titre de membre partenaire (Pour comité organisateur non-membre de la FNQ)	150\$
Frais d'adhésion par événement – membre individuel	12\$

Un événement désirant accueillir à la fois des nageurs ET des maîtres nageurs, doit absolument se procurer les deux sanctions ;

- La sanction eau libre
- La sanction eau libre « maître nageur »

Pour les événements à double sanction, le CO doit créer **deux (2) événements, deux (2) fichiers d'inscriptions et deux (2) fichiers de résultats** distincts sur le site de Natation Canada. Il peut toutefois utiliser **la même invitation** pour les deux événements. Un événement international ou national doit se procurer une sanction à Natation Canada propre à ce type d'événement, et ce peu importe si le comité organisateur tient un événement compétitif et/ou récréatif en marge.

**Pour les événements qui décident d'obtenir les deux sanctions,
la FNQ ne chargera qu'un seul frais de sanction.**

4. Exigences des clubs et comités organisateurs

Pour organiser TOUT événement, en plus de le sanctionner, les comités organisateurs s'engagent envers la Fédération à ce qui suit :

Avant la rencontre :

- **Mettre une invitation en ligne sur le site web de Natation Canada** Se référer au guide d'organisation (à venir) pour le contenu de l'invitation
- **Respecter intégralement les règlements** et procédures mis en place par la FNQ dans ce guide technique ainsi que dans le Règlement de sécurité en eau libre.
- Lorsque traduit, le texte français demeure la version officielle par rapport au texte anglais, en cas de divergence.
- N'apporter aucune modification ou aucun changement à l'invitation de l'événement sanctionné sans avoir reçu une autorisation écrite du personnel de la FNQ.
- Dans les cas de la publication d'informations par un comité organisateur autre que les informations contenues dans le guide technique, ce sont les informations à jour du guide technique, ainsi que la dernière version de l'invitation en ligne sur le site de Natation Canada et sur le site web de la FNQ qui prévaudront en cas de litige.

- S'assurer d'utiliser la plus récente version du logiciel Splash Meet Manager, ou un logiciel compatible.
- S'assurer que tous les nageurs participant à l'événement sont admissibles.

Après la rencontre :

- Rassembler et envoyer les dossiers suivants à sanctions@fnq.ca **dans les plus courts délais possibles.**
 - Les résultats de la compétition (fichier SDIF / CL2);
 - La sauvegarde de la compétition (fichier .smb);
 - Formulaires de réclamations;
 - Fichier des expériences des officiels;
 - Formulaires d'accident;
 - Formulaires d'adhésion par événement–membre individuel.
- Régler la facture émise par la FNQ.

- Tout événement doit se dérouler en présence d'un **directeur de rencontre** et d'un **juge-arbitre certifiés en natation en eau libre.**
- Le juge-arbitre doit s'assurer du respect par tous les officiels, les entraîneurs et les participants des règlements de Natation Canada, du règlement de sécurité de natation en eau libre de la Fédération de natation du Québec, ainsi que du guide technique de natation en eau libre.

5. Exigences pour les officiels

Il est primordial d'avoir le personnel minimum requis pour tenir un événement de natation en eau libre peu importe s'il offre des épreuves compétitives ou récréatives.

- **Tous les postes d'officiels niveau 2 et 3** doivent être préférablement occupés par des officiels ayant suivi le stage approprié.
- Le comité organisateur de chacune des compétitions **devra s'assurer à l'avance d'avoir des officiels compétents en nombre suffisant ou prévoir la formation des officiels** qu'il compte assigner à chacun des postes. La Fédération de natation du Québec pourra soutenir les clubs dans la formation des officiels de niveau 1 et 2, sur demande, si la requête est effectuée dans un délai raisonnable.
 - Pour faire la demande à la FNQ, écrire à officiels@fnq.qc.ca

Chaque CO doit avoir les officiels suivants pour organiser un événement de natation en eau libre ;

- | | |
|--------------------------------|------------------------------|
| ○ 1 Directeur de rencontre | ○ 1 Responsable de parcours |
| ○ 1 Responsable de la sécurité | ○ 1 Commis de course |
| ○ 1 Responsable médical | ○ 1 Secrétaire / 100 nageurs |

Le CO doit ensuite s'assurer d'avoir le personnel requis dépendant du type d'épreuves offert. Nous comprenons que la situation de toutes les organisations est différente, mais il est important de respecter le plus possible ce nombre, et d'avertir la FNQ pour toute dérogation, afin de trouver une solution.

Pour les épreuves compétitives

- | | | |
|-----------------------------------|------------------------------|--|
| ○ 1 Juge-arbitre en chef / course | ○ 1 Juge à l'arrivée en chef | ○ 1 Annonceur |
| ○ 2 Juges-arbitres (minimum) | ○ 2 Juges à l'arrivée | ○ 1 juge de virage / virage / 50 nageurs |
| ○ 1 Chronométrateur en chef | ○ 1 Starter | ○ Juge de plateformes de ravitaillement |
| ○ 2 Chronométrateurs | | ○ Juge de course / nageur (+ de 10km) |

* Aucun officiel ne peut agir dans plus d'un poste en même temps. Il ne peut occuper un nouveau poste qu'après avoir rempli toutes ses obligations dans le poste précédent. (OWS 2)

Pour les épreuves récréatives

- | | | |
|--|-------------------------------------|--|
| ○ <u>1 Juge-arbitre en chef / course</u> | ○ <u>1 juges de virage / virage</u> | ○ <u>Juge de course / nageur (+ de 10km)</u> |
|--|-------------------------------------|--|

* Aucun officiel ne peut agir dans plus d'un poste en même temps. Il ne peut occuper un nouveau poste qu'après avoir rempli toutes ses obligations dans le poste précédent. (OWS 2)

** Veuillez-vous référer au règlement de Natation Canada OWS 3 pour les tâches de chacun des officiels.

6. Procédure d'inscription

Tous les entraîneurs, clubs et nageurs doivent respecter l'échéancier d'inscription détaillé dans l'invitation du comité organisateur de l'événement.

Types de procédures d'inscription :

- Au choix du CO, les procédures peuvent être :
 - Inscription en ligne sur Natation Canada;
 - Inscription en ligne sur une plateforme accessoire;
 - Inscription sur place.
- Les comités désirant prendre les inscriptions sur place devront l'avoir préalablement mentionné dans leur invitation.
- Tous les nageurs devront remplir et signer le *formulaire d'inscription et de consentement*.
 - Dans le cas d'un mineur, un parent, tuteur ou tout autre autorité parentale doit signer l'autorisation parentale comprise dans le formulaire.

Formulaire d'inscription et de consentement de natation en eau libre

- Les comités se réservent le droit de refuser une inscription par mesure de sécurité.

7. Règlements et procédures

Il est important de respecter les procédures et règlements suivants en tout temps :

- Règlement de la FINA (2017-2021)
- Règlement de natation en eau libre – Natation Canada (2018-2021) Section Annexe C
- Règlement de natation en eau libre maître-nageur – Natation Canada (2020)
- Règlement de sécurité en natation en eau libre
- Règlement circuit Coupe Espoir Canada du Carrossier ProColor

8. Pénalités

- Une compétition se déroulant sans la présence d'un directeur de rencontre ou d'un juge-arbitre certifié en natation en eau libre mène à l'annulation immédiate de tous les résultats réalisés par les nageurs et les expériences des officiels ne seront pas reconnues.
- Les frais d'autorisation de sanction seront augmentés de 50 \$ si la demande est effectuée dans une période de moins de 7 jours ouvrables avant l'événement. Le montant sera augmenté de 100 \$, si demandé moins de 2 jours ouvrables avant l'événement, ET CE, SANS OBLIGATION DE LA PART DU PERSONNEL DE LA FNQ DE RÉPONDRE AU BESOIN DANS UN SI COURT DÉLAI.

