



NOVEMBRE 20, 21, 22, 2026

INVITATION NOVEMBRE
NOVEMBER INVITATIONAL

20, 21, 22 NOVEMBER 2026

Revision 2 – 26 octobre 2026



<u>Piscine & Hôte</u> Centre communautaire et aquatique de CSL 5794 ave. Parkhaven Côte Saint Luc, QC H4W 1Z4 Lien Google maps L'événement est sanctionné par la Fédération de natation du Québec (FNQ) <u>Installation</u> Un (1) bassin de 25 mètres, 10 couloirs, câbles anti-vagues Système de chronométrage électronique Daktronics et tableau d'affichage à 10 lignes. Piscine de dénagemement (deux (2) couloirs 18m) Espace limité pour les spectateurs sur le bord de la piscine. Des gradins supplémentaires sont disponibles dans le foyer face à la piscine. <u>Stationnement</u> • Les espaces situés directement au CCA (avant de la bâtisse du 5794 Parkhaven) • Les espaces situés en face du CCA. • Les espaces situés derrière l'école située au 5785 Parkhaven. (<u>Samedi et dimanche seulement</u>) • Si vous stationnez dans les rues avoisinantes, SVP porter une attention particulière aux interdictions notées sur les pancartes. Le club et la ville ne peuvent être tenus responsable des contraventions ou amendes. <u>Directeurs de rencontre</u> Jonathan Halliday Carl Tassé <u>Responsable des inscriptions</u> Jonathan Halliday - jhalliday@cotesaintluc.org <u>Responsable des officiels</u> Carl Tassé - officiels.csla@gmail.com swimteamcotesaintlucaquatics.com/officiels	<u>Pool & Host</u> CSL Aquatic and Community Centre 5794 Parkhaven Ave. Côte Saint Luc, QC H4W 1Z4 Google map link The event is sanctioned by the Fédération de natation du Québec (FNQ). <u>Facilities</u> One (1) 25-meter pool, 10 lanes, with anti-wave lane ropes, Daktronics electronic system and 10-line scoreboard. Swim-down pool (two (2) 18m lanes) Limited spectator space on pool deck. Extra stands available in the lobby facing the pool. <u>Parking</u> • Spaces located directly at the ACC (front of the building at 5794 Parkhaven) • Spaces in front of the ACC. • Spaces behind the school at 5785 Parkhaven (<u>Saturday and Sunday only</u>) • If you park in the surrounding streets, please pay attention to the restrictions noted on the signs. The club and City are not responsible for any tickets or fines. <u>Meet Managers</u> Jonathan Halliday Carl Tassé <u>Entries Coordinator</u> Jonathan Halliday - jhalliday@cotesaintluc.org <u>Officials Coordinator</u> Carl Tassé - officiels.csla@gmail.com swimteamcotesaintlucaquatics.com/officiels
<u>Limite du nombre de nageurs</u> La direction de la rencontre se réserve le droit de limiter les inscriptions autour de 600 nageurs sur une base « premiers arrivés, premiers servis ». <u>Critères admissibilités</u> Les nageurs doivent toutefois avoir déjà participé à une compétition au préalable et être familiers avec les règlements et les procédures de natation. Tous les nageurs doivent être affiliés « Compétitif ».	<u>Maximum number of entries</u> The meet management reserves the right to limit the entries around 600 swimmers following the “first come, first served” principle. <u>Admissibility Criteria</u> Please be aware that the swimmers must have competed previously and be familiar with the swimming rules & procedures. All swimmers must be affiliated “Compétitif”.



November 20-22 novembre 2026
Invitation CSLA Invitational

Catégories Pour les résultats et les finales, les groupes d'âge seront les suivants :		Categories For results and finals, the age groups will be:	
Filles 10-	Garçons 10-	Girls 10-	Boys 10-
8-	8-	8-	8-
9-10	9-10	9-10	9-10
Filles 11+	Garçons 11+	Girls 11+	Boys 11+
11-12	11-12	11-12	11-12
13-14	13-14	13-14	13-14
15+	15+	15+	15+
Le groupe d'âge du nageur est basé sur son âge au 20 novembre 2026. Tous les nageurs de 11 ans et plus peuvent nager les préliminaires et les finales.		The age group of the swimmer is based on their age on November 20, 2026. All swimmers 11+ can swim prelims & finals.	
Épreuves Toutes les épreuves préliminaires et finales par le temps seront nagées mixte selon les temps d'entrées des plus lents aux plus rapides. Il est de la responsabilité des nageurs d'arriver à temps aux blocs de départ pour leur épreuve. Il n'y aura aucune reprise d'épreuves à moins d'une erreur d'officiel. ***11 ans et plus*** Le nombre d'épreuves maximum par nageur est limité à sept (7) épreuves pour la rencontre plus un (1) relais par session . Les finales seront nagées par sexe et par groupe d'âges. Le 400 m libre et le 400 m quatre nages, ainsi que les 800 m et 1500 m libre et les relais, seront nagés en finales au temps, du plus rapide au plus lent. Consultez l'horaire pour les détails. Temps de passage officiel Les demandes de temps de passage comme temps officiel devront être faites au bureau de l'administration au plus tard 30 minutes avant le début de la session en question. ***10 ans et moins*** Le nombre d'épreuves maximum par nageur est limité à trois (3) épreuves individuelles plus un (1) relais par session . Les catégories relais seront 10 et moins.		Events All the prelims and timed finals will be swum with mixed genders and ages, seeded from slowest to fastest. Swimmers are accountable for their swims and must show up on time for their event. No swimmer will be allowed to swim in a later heat except in the case of an official's mistake. ***11 and over*** The maximum of events per swimmer is seven (7) events for the meet plus one (1) relay per session . Finals will be swum by genders and age groups. The 400m free and IM as well as the 800-1500m free and relays will be timed finals and will be swum fastest to slowest (view the schedule for specifics). Official Split Times Requests for a split time to be recognized as an official time must be submitted to the administration office no later than 30 minutes before the start of the session in question. ***10 and under*** The maximum of events per swimmer is three (3) events plus one (1) relay per session . Relay categories will be swum as 10 and under.	



Forfaits Les forfaits des épreuves préliminaires / finales par le temps doivent être faits au plus tard 30 minutes avant le début de la session concernée. Les forfaits pour les finales devront être soumis au plus tard 30 minutes après la fin de la dernière épreuve préliminaire de la session précédente.	Scratches Scratches for the preliminaries / timed finals must be handed in at least 30 minutes before the beginning of the session in question. Scratches for finals must be submitted no more than 30 minutes after completion of the last preliminary event of the previous session.
Inscriptions Toutes les inscriptions devront être déposées via SportLomo en format SD3. Aucune inscription sans temps (NT) ne sera acceptée pour les épreuves individuelles Toutes les inscriptions doivent être reçues sur le REMS au plus tard le mardi 10 novembre à 23h59.	Entries All entries must be uploaded via SportLomo in SD3 format. No registrations without times will be accepted for individual events. All entries must be received on the REMS no later than Tuesday November 10 at 23:59.
Frais d'inscription Cotisation FNQ: \$8.20 (taxes incluses) par nageur. Épreuve individuelle: \$13,50 par épreuve. Épreuve de Relais: \$13,50 par relais. Les chèques doivent être faits à l'ordre de Côte St-Luc Aquatique (CSLA) et être remis au commis de course avant le premier départ de la rencontre. Un transfert électronique par club peut être organisé en contactant jhalliday@cotesaintluc.org avant la rencontre. Le paiement par carte de crédit ou carte de débit peut être organisé à l'avance. <u>Les frais d'inscription sont non-remboursables.</u> <u>Les inscriptions tardives pourront être acceptées jusqu'au 17 novembre, à la discrétion du directeur de rencontre. Aucune inscription tardive ne sera acceptée lors de la compétition.</u> *Pénalité pour défaut d'inscription • Pour une nageuse ou un nageur non conforme (sans statut « actif ») auprès de Natation Canada (REMS) et ayant participé à une compétition : ○ Une pénalité de 50 \$ par nageuse ou nageur fautif sera envoyée au club d'appartenance. ○ Le club organisateur ayant accepté à son événement une ou un athlète non conforme recevra une pénalité de 100 \$ par nageuse ou nageur fautif. • Pour une nageuse ou un nageur ayant participé à une deuxième compétition dans la saison en cours en étant inscrit dans la catégorie « non compétitif » : ○ La FNQ procèdera à son changement de statut afin de l'inscrire dans la catégorie « compétitif ». ○ La différence entre les frais d'adhésion de la catégorie « compétitif » et « non compétitif », ainsi que des frais administratifs de 20 \$ seront facturés par la FNQ au club fautif.	Entry fees FNQ fees: \$8.20 (taxes inc.) per swimmer. Individual event: \$13.50 per event. Relay event: \$13.50 per relay. Cheque should be made payable to Côte St-Luc Aquatics (CSLA) and payment must be hand in to the clerk of course before the first start of the meet. One e-transfer per club can be organized by contacting jhalliday@cotesaintluc.org ahead of the meet. Payment by Credit Card & Debit Card can be arranged ahead of time. <u>The entry fees are non-refundable. Late entries may be accepted up to November 17th – at the discretion of the meet manager. No deck entry will be accepted during the meet.</u> *Penalty for Registration Non-Compliance* • For a swimmer who is not compliant with Swimming Canada registration requirements (without “Active” status in REMS) and who participates in a competition: ○ A penalty of \$50 per non-compliant swimmer will be charged to the swimmer’s home club. ○ The host club that allowed a non-compliant athlete to participate in its event will be charged a penalty of \$100 per non-compliant swimmer. • For a swimmer who participates in a second competition during the current season while registered in the “Non-Competitive” category: ○ The FNQ will change the swimmer’s status to the “Competitive” category. ○ The club will be billed the difference between the Competitive and Non-Competitive membership fees, plus a \$20 administrative fee.



<u>Récompenses</u> ***11 ans et plus*** Des médailles seront remis aux trois premiers de chaque épreuve/groupe d'âge/sexe. Les remises auront lieu immédiatement après la course. Pour les relais, des rubans seront remis aux trois premières équipes et devront être ramassées par les entraîneurs à la fin de la rencontre. Une plaque sera remise à l'équipe ayant accumulé le meilleur pointage par épreuves/par nombre des nageurs. (Qualité) Épreuves individuelles : 11-9-8-7-6-5-4-3-2-1. Épreuves de relais : 22-18-16-14-12-10-8-6-4-2. En cas d'égalité, les points seront répartis également entre les nageurs concernés. ***10 ans et moins*** Des rubans seront remis aux trois premiers de chaque épreuve, groupe d'âge et sexe. Des rubans seront également remis aux trois premières équipes de relais. Les entraîneurs devront récupérer les rubans à la fin de la compétition.	<u>Awards</u> ***11 and over*** Medals will be awarded to the top three of each event/age group/gender. The award ceremony will be held after each event. For the relays, ribbons will be given to the top three teams. Coaches are required to pick up their ribbons at the end of the meet. A plaque will be awarded to the top scoring team based on the number of swimmers (Quality). Individual events: 11-9-8-7-6-5-4-3-2-1 Relay events: 22-18-16-14-12-10-8-6-4-2 In case of ties, the points will be equally allotted to all concerned swimmers. ***10 and under*** Ribbons will be awarded to the top three of each event/age group/gender. Ribbons will be given to the top three relay teams. Coaches are required to pick up their ribbons at the end of the meet.
<u>Officiels</u> Les clubs participants sont invités et encouragés à déléguer des officiels à toutes les sessions afin d'offrir une rencontre de qualité aux nageurs. S'il vous plaît envoyer le formulaire suivant pour être remplie par vos officiels : swimteamcotesaintlucaquatics.com/officiels	<u>Officials</u> All participating teams are invited and encouraged to delegate officials to all sessions to offer the swimmers a top-quality meet. Please have your volunteers fill out the following form: swimteamcotesaintlucaquatics.com/officials
<u>Cantine</u> Tazza & Pizza offre un service de cantine au Centre aquatique pendant la compétition pour les nageurs et les parents. Les clubs peuvent commander à l'avance en contactant tazzaepizza.com	<u>Canteen</u> Tazza & Pizza offers a canteen service in the Aquatics Centre during the meet for swimmers and parents. Clubs can pre-order by contacting tazzaepizza.com



November 20-22 novembre 2026
Invitation CSLA Invitational

VENDREDI 20 NOVEMBRE / FRIDAY NOVEMBER 20 (11+)

Les horaires sont susceptibles d'être modifiés en fonction des inscriptions

Times are subject to change based on entries

Préliminaires 1 || 11+

ÉCHAUFFEMENTS / WARMUPS – 7h30 || DÉBUT / START – 8h30

#1	ÉPREUVES / EVENTS
1	100m papillon / fly
2	50m dos / back
3	200m brasse / breast
4	50m libre / free
5	200m QNI / IM

DISTANCES || 11+

ÉCHAUFFEMENTS / WARMUPS – 12h00 || DÉBUT / START – 12h55 **

#2	ÉPREUVES / EVENTS
6	800m libre / free (*)
7	1500m libre / free (*)

(*) Finale par le temps / Timed final

** Possibilité de placer la session de distance après l'épreuve 5 (+ 30 minutes d'échauffement) - nombre de participants dépendant.

*** Ces épreuves seront nagées en alternance, 800 m et 1500 m, de la plus rapide à la plus lente.

** Option to place the distance session following event 5 (+ 30-minute warm-up) – number of participants dependant.

*** These events will be swum alternating 800m and 1500m events, from fastest to slowest.

Finales 1 || 11+

ÉCHAUFFEMENTS / WARMUPS – 16h30 || DÉBUT / START – 17h30

#3	ÉPREUVES / EVENTS
1F	100m papillon / fly
2F	50m dos / back
3F	200m brasse / breast
4F	50m libre / free
5F	200m QNI / IM
101	4x50m relais libre / free relay F11-12 (*)
102	4x50m relais libre / free relay M11-12 (*)
103	4x50m relais libre / free relay F13-14 (*)
104	4x50m relais libre / free relay M13-14 (*)
105	4x50m relais libre / free relay F15+ (*)
106	4x50m relais libre / free relay M15+ (*)

(*) Finale par le temps / Timed final



November 20-22 novembre 2026
Invitation CSLA Invitational

SAMEDI 21 NOVEMBRE / SATURDAY NOVEMBER 21 (11+)

Les horaires sont susceptibles d'être modifiés en fonction des inscriptions

Times are subject to change based on entries

Préliminaires 2 || 11+

ÉCHAUFFEMENTS / WARMUPS - 7h00 || DÉBUT / START - 8h25

#4	ÉPREUVES / EVENTS
8	100m dos / back
9	50m brasse / breast
10	200m papillon / fly
11	100m libre / free
12	100m QNI / IM
13	400m libre / free Finale par le temps / Timed final (*) La vague la plus rapide, par groupe d'âge, se nagera le soir, lors de la session des finales Fastest heat per age group will be swum in Finals

(*) Classement des temps les plus rapides aux plus lents – Finale par le temps : par sexe et par groupe d'âge

(*) Seeded fastest to slowest – Timed Final by gender and age group

10 et moins/ and under || Session 1

ÉCHAUFFEMENTS / WARMUPS – 14h15 || DÉBUT / START – 14h50

#5	ÉPREUVES / EVENTS
201	200m libre / free 10- *(Maximum 4:00 qualif)
202	50m dos / back 10-
203	100m brasse / breast 10-
204	50m papillon / fly 10-
205	100 papillon / fly 10-
206	4 x 50m relais QN / medley Relay 10- Groupes d'âge permis : mixte, garçons, filles Age groups permitted: Mixed, Boys, Girls

Finales 2 || 11+

ÉCHAUFFEMENTS / WARMUPS - 16:30 || DÉBUT / START - 17:30

#6	ÉPREUVES / EVENTS
13	400 libre / free – Série la plus vite par groupe d'âge // Fastest heat per age group
8F	100m dos / back
9F	50m brasse / breast
10F	200m papillon / fly
11F	100m libre / free
12F	100m QNI / IM
107	4x100m relais QN mixte / mix medley relay 11-12 (**)
108	4x100m relais QN mixte / mix medley relay 13-14 (**)
109	4x100m relais QN mixte / mix medley relay 15+ (**)

(**) Relais mixtes composés de 2 filles et 2 garçons. // Mixed relays composed of 2 girls and 2 boys.

Note - aucun temps officiel pour le 1^{er} relayeur possible dans cette épreuve. // No official split time is available for the first swimmer in this event.



DIMANCHE 22 NOVEMBRE / SUNDAY NOVEMBER 22 (11+)

Les horaires sont susceptibles d'être modifiés en fonction des inscriptions

Times are subject to change based on entries

Préliminaires 3 || 11+

ÉCHAUFFEMENTS / WARMUPS - 7h00 || DÉBUT / START - 8h25

#7	ÉPREUVES / EVENTS
14	50m papillon / fly
15	200m dos / back
16	100m brasse / breast
17	200m libre / free
18	400m QN / IM Finale par le temps / Timed final (*) Série la plus rapide classée par groupe d'âge, suivie des autres nageurs classés du plus rapide au plus lent Seeded fastest heat per age group, followed by the remaining swimmers fastest to slowest

(*) Classement des temps les plus rapides aux plus lents – Finale par le temps : par sexe et par groupe d'âge

(*) Seeded fastest to slowest – Timed Final by gender and age group

10 et moins/ and under || Session 2

ÉCHAUFFEMENTS / WARMUPS – 14h00 || DÉBUT / START – 14h35

#8	ÉPREUVES / EVENTS
207	400m libre / free 10- (**) *(Maximum 7:30 qualif)
208	100m QNI / IM 10-
209	50m libre / free 10-
210	100m dos / back 10-
211	50m brasse / breast 10-
212	200m QNI / IM 10- *(Maximum 4:15 qualif)
213	4 x 50m relais libre / free Relay 10- Groupes d'âge permis : mixte, garçons, filles Age groups permitted: Mixed, Boys, Girls

(**) le directeur de rencontre réserve le droit de limiter le nombre de séries. // The meet manager reserves the right to limit the number of heats.

Finales 3 || 11+

ÉCHAUFFEMENTS / WARMUPS - 16:30 || DÉBUT / START - 17:30

#9	ÉPREUVES / EVENTS
14F	50m papillon / fly
15F	200m dos / back
16F	100m brasse / breast
17F	200m libre / free
110	4 X 50m relais QN / medley relay F11-12 (*)
111	4 X 50m relais QN / medley relay M11-12 (*)
112	4 X 50m relais QN / medley relay F13-14 (*)
113	4 X 50m relais QN / medley relay M13-14 (*)
114	4 X 50m relais QN / medley relay F15+ (*)
115	4 X 50m relais QN / medley relay M15+ (*)

(*) Finale par le temps / Timed final

Mesures d'adaptation pour les athlètes S/sourds et les malentendants Cette compétition prévoit les mesures d'adaptation suivantes pour les athlètes S/sourds et malentendants : • Instruction non verbale fournie par une personne de soutien qui est inscrite dans le REMS en tant que personnel de soutien et inscrite à la compétition par le club. Les clubs doivent communiquer leur besoin d'adaptation à la direction de rencontre avant la date limite d'inscription. Règlements Photographie/vidéographie Par souci de minimiser les risques, toutes les photos et vidéos prises lors des compétitions sanctionnées par la FNQ, qu'elles soient prises par un photographe ou vidéographe professionnel, un spectateur, des membres du personnel de soutien ou tout autre participant, doivent respecter les normes de décence généralement acceptées. En aucun cas, les appareils photo ou autres dispositifs d'enregistrement ne sont autorisés dans la zone située immédiatement derrière les plots de départ pendant les départs en entraînement ou en compétition, ou dans les vestiaires, les salles de bain ou toute autre zone d'habillage. Tous les détails de la procédure relative à la photographie et à la vidéographie sont disponibles ICI. Sport sécuritaire Natation Canada et la FNQ croient que tout athlète, entraîneure ou entraîneur, officielle ou officiel, membre du personnel et bénévole a le droit de participer au sport dans un milieu sécuritaire et inclusif exempt de mauvais traitement, de harcèlement et de discrimination. Ils s'engagent à fournir un tel environnement et à promouvoir des environnements <i>ouverts</i> et <i>observables</i>. Pour ce faire, des efforts considérables et concertés doivent être déployés pour éviter toute situation où une entraîneure ou entraîneur, officielle ou officiel, ou membre du personnel se retrouve seul avec un athlète. Toute interaction entre un athlète et une autre personne en position de confiance devrait normalement, et autant que possible, avoir lieu dans un environnement ou à un endroit qui est à la fois ouvert et observable par les autres. Nous rappelons que toutes les personnes participant à cet événement sont liées par les politiques et les procédures de Natation Canada et de la FNQ. Nous rappelons aux entraîneures et entraîneurs et aux athlètes qu'il est fortement déconseillé de se changer sur le bord de la piscine et leur demandons d'utiliser les vestiaires désignés ou les tentes au bord de la piscine s'il y a lieu. Nous demandons également aux entraîneurs de ne pas encourager les athlètes à se changer au bord de la piscine et de nous aider à ce que notre sport reste sécuritaire pour tous.	Accommodation Measures for Deaf and Hard-of-Hearing Athletes This competition provides the following accommodation measures for Deaf and hard-of-hearing athletes: • Non-verbal instruction provided by a support person who is registered in REMS as support personnel and entered in the competition by the club. Clubs must communicate any accommodation needs to the Meet Manager before the registration deadline. Regulations Photography/Videography To help minimize risk, all photographs and videos taken at FNQ-sanctioned competitions, whether by a professional photographer or videographer, spectator, support staff member, or any other participant, must meet generally accepted standards of decency. Under no circumstances are cameras or other recording devices permitted in the area immediately behind the starting blocks during training or competition starts, or in change rooms, washrooms, or any other changing area. Full details regarding the photography and videography procedure are available HERE. Safe Sport Swimming Canada and the FNQ believe that every athlete, coach, official, staff member, and volunteer has the right to participate in sport in a safe and inclusive environment free from maltreatment, harassment, and discrimination. They are committed to providing such an environment and to promoting <i>open</i> and <i>observable</i> environments. To achieve this, significant and coordinated efforts must be made to avoid situations in which a coach, official, or staff member is alone with an athlete. Interactions between an athlete and another person in a position of trust should normally, and whenever possible, take place in an environment or location that is both open and observable by others. All persons participating in this event are reminded that they are subject to the policies and procedures of Swimming Canada and the FNQ. Coaches and athletes are reminded that changing on the pool deck is strongly discouraged. They are asked to use the designated change rooms or poolside changing tents, where available. Coaches are also asked not to encourage athletes to change on deck and to help ensure that our sport remains safe for everyone. Clubs must communicate any accommodation needs to the Meet Manager before the registration deadline. Support personnel must be included in the entry file and must
--	---

Les clubs doivent communiquer leur besoin d'adaptation au directeur de rencontre avant la date limite des inscriptions. Le personnel de soutien doit être inclus dans le fichier d'inscriptions et doit avoir un statut « Enregistré » en tant que personnel de soutien avec Natation Canada, sinon son accès sera refusé. Les compétitions sanctionnées au Québec doivent respecter les règlements et les procédures suivants : • Règlements de natation et paranatation de Natation Canada : https://www.swimming.ca/fr/reglements-et-formulaires/ • Règlement de sécurité de la natation en bassin : https://fnq.ca/clubs-et-regions/reglements-de-securite/ • Procédure de sécurité pour les échauffements en compétition de natation de Natation Canada : https://www.swimming.ca/fr/reglements-et-formulaires/ Admissibilité des clubs Chaque club participant doit être membre en règle de la FNQ ou de sa propre fédération provinciale/nationale. Admissibilité des athlètes Les athlètes doivent être conformément inscrits avec un statut « actif » dans la catégorie « compétitif », « universitaire » ou « non compétitif »* auprès de la FNQ ou de leur propre fédération provinciale/nationale. *Les athlètes inscrits non compétitifs doivent en être à leur première compétition de la saison en cours. Admissibilité des entraîneurs et entraîneuses • Tous les entraîneurs et entraîneuses présents doivent être conformes auprès de la FNQ ou de leur propre fédération provinciale/nationale et affiliés au minimum dans la catégorie « Entraîneur adjoint provincial ». • Au moins une entraîneuse ou un entraîneur doit être présent et exclusivement dédié à sa fonction d'entraîneur. Disposition sur les inconduites À compter du 1^{er} septembre 2026, la règle C2.5.2.1 (anciennement C2.3.2.1) sera appliquée. L'inconduite peut notamment comprendre le fait de cracher, de projeter de l'eau par la bouche ou le nez, délibérément ou par négligence, dans la piscine ou sur la plage immédiatement avant le départ; de donner des coups de pied ou frapper délibérément le plot de départ ou la plaque arrière; ainsi que d'entrer dans la piscine de manière dangereuse ou incontrôlée. Des renseignements et des directives supplémentaires sont disponibles sur le site des règlements de Natation Canada. Maillots de bain Tous les athlètes sont autorisés à nager avec le maillot de bain de leur choix lors de toutes les compétitions sanctionnées par la FNQ. Il n'est pas nécessaire de déclarer le choix du maillot de bain au juge-arbitre si le tissu du maillot de bain est un	have "Registered" status as support personnel with Swimming Canada; otherwise, access will be denied. Competitions sanctioned in Quebec must comply with the following rules and procedures: • Swimming Canada swimming and para swimming rules: https://www.swimming.ca/fr/reglements-et-formulaires/ • Pool swimming safety regulations: https://fnq.ca/clubs-et-regions/reglements-de-securite/ • Swimming Canada Competition Warm-Up Safety Procedures: https://www.swimming.ca/fr/reglements-et-formulaires/ Club Eligibility Each participating club must be a member in good standing of the FNQ or its own provincial/national federation. Athlete Eligibility Athletes must be properly registered with "Active" status in the "Competitive," "University," or "Non-Competitive"* category with the FNQ or their own provincial/national federation. *Athletes registered as Non-Competitive must be participating in their first competition of the current season. Coach Eligibility • All coaches present must be compliant with the FNQ or their own provincial/national federation and affiliated at a minimum in the "Provincial Assistant Coach" category. • At least one coach must be present and dedicated exclusively to coaching duties. Misconduct Provision Effective September 1, 2026, rule C2.5.2.1 (formerly C2.3.2.1) will be enforced. Misconduct may include, but is not limited to, deliberately or negligently spitting or expelling water from the mouth or nose into the pool or onto the pool deck immediately before the start; deliberately kicking or striking the starting block or backstroke ledge; or entering the pool in a dangerous or uncontrolled manner. Additional information and guidance are available on the Swimming Canada rules website. Swimsuits All athletes are permitted to swim in the swimsuit of their choice at all FNQ-sanctioned competitions. It is not necessary to declare the choice of swimsuit to the referee if the swimsuit fabric is an open-mesh, permeable textile and is not reasonably considered to provide a technical advantage in terms of speed, buoyancy, or endurance. For more information, please consult the competition swimsuit document on the Swimming Canada website HERE. Taping Taping is permitted at all FNQ-sanctioned competitions.
---	---



November 20-22 novembre 2026
Invitation CSLA Invitational

textile à mailles ouvertes perméables et qu'il n'est pas raisonnablement considéré comme créant un avantage technique en termes de vitesse, de flottabilité ou d'endurance. Pour plus d'information, consultez le document sur les maillots de bain en compétition sur le site web de Natation Canada ICI. Bandes adhésives Les bandes adhésives sont autorisées dans toutes les compétitions sanctionnées par la FNQ. À la suite d'une blessure, il est permis d'appliquer une bande adhésive sur un ou deux doigts ou orteils au maximum. Important : La trousse d'information de la compétition considérée comme valide est la version la plus récente publiée sur le site de Natation Canada et le REMS.	Following an injury, tape may be applied to a maximum of one or two fingers or toes. Important: The valid competition information package is the most recent version published on the Swimming Canada website and in REMS.
Merci de votre collaboration au maintien de la propreté du bord de la piscine et des vestiaires. Au plaisir de vous accueillir!	Thank you for helping us keep the pool deck and change rooms clean. We look forward to welcoming you!