



INTERNATIONAL SAMAQ 2026

Parc Jean-Drapeau

19 au 21 juin 2026

BULLETIN TECHNIQUE

www.natation-samak.org



Le club de natation Samak vous souhaite la bienvenue à l'International SAMAK.

Responsables de la rencontre

Directeur de la rencontre : Martin Forcier
Directeur adjoint de la rencontre : Jean-Philippe Charland
Responsable des officiels : Marjolaine Roy-Beaudry
Responsable de la logistique : Guy Fagnan

Réunions techniques (bâtiment C)

Groupe d'âge 11 et plus :

- Vendredi 19 juin à 7 h 45
- Samedi et dimanche : 7 h 55 (au besoin)

Développement 12 ans et moins :

- Vendredi 19 juin à 13 h 20
- Samedi et dimanche : 13 h 20 (au besoin)

Entrée et estrades

Tous les nageurs doivent attendre leur entraîneur à l'extérieur du complexe sportif avant le début de la compétition afin de recevoir leur accréditation. Les athlètes doivent utiliser l'entrée principale et présenter leur bracelet d'identification pour accéder au bassin.

Programme

Les programmes seront affichés à chacune des extrémités du bassin, sur les fenêtres du bâtiment A et C et sur les clôtures. Les listes de départ et les programmes seront remis directement au responsable de chaque couloir. Le programme officiel sera également remis aux entraîneurs.

Échauffement

Groupe d'âge 11 ans et plus

Veillez consulter l'annexe pour l'assignation des couloirs. Les plongeurs seront permis durant les 10 dernières minutes de l'échauffement dans les couloirs assignés, aux deux extrémités du bassin. Les nageurs devront sortir de l'eau à la marque du 25 mètres. Pour les finales, les plongeurs seront autorisés durant les 15 dernières minutes de l'échauffement dans les couloirs 0 et 9.

Développement 12 ans et moins

Aucune assignation de couloir, veuillez respecter la limite de 40 nageurs par couloirs.

Les plongeurs seront permis durant les 10 dernières minutes de l'échauffement dans les couloirs assignés, aux deux extrémités du bassin. Les nageurs devront sortir de l'eau à la marque du 25 mètres.

Les procédures de sécurité de Natation Canada relatives aux échauffements en compétition s'appliquent (voir annexe).

Tout nageur effectuant un plongeon ou un saut dangereux durant l'échauffement sera disqualifié de sa première épreuve de la session ou, le cas échéant, de sa prochaine épreuve.

Éliminatoires

Groupe d'âge 11 ans et plus

Toutes les épreuves seront nagées en format mixte senior, du plus rapide au plus lent.

Les départs des épreuves de 100 m et de 200 m se feront des deux côtés du bassin (double-ended). Les séries impaires partiront du côté sud (près du tableau d'affichage) et les séries paires partiront du côté nord (près du bâtiment principal).

Les départs des épreuves de 50 m se feront uniquement du côté nord.

Développement 12 ans et moins

Toutes les épreuves seront nagées en format mixte senior, du plus rapide au plus lent.

Les départs se feront du côté sud, à l'exception des épreuves de 50 m, qui partiront du côté nord.

Samak swim Club is pleased to welcome you.

Meet co-ordinators

Meet manager : Martin Forcier
Meet manager : Jean-Philippe Charland
Officials coordinator : Marjolaine Roy-Beaudry
Logistic coordinator : Guy Fagnan

Technical meeting (Building C)

Age Group 11 and over

- Friday 19th at 7 :45 AM
- Saturday & Sunday at 7:55 AM (if necessary)

Développement 12 and under:

- Friday 19th at 1 :20
- Saturday & Sunday 1 :20 (if necessary)

Entrance and stands

Swimmers must wait for their coach outside the sports complex to receive their accreditation.

Athletes must use the main building entrance and present their wristband giving access to the pool.

Heat sheet

The meet programs will be posted at both ends of the pool, on the windows of Buildings A and C, and on the surrounding fences.

Heat sheets and meet programs will be distributed directly to the person responsible for each lane.

The official meet program will also be provided to coaches.

Warm-up

11 Years and Over Age Group

Please refer to the appendix for lane assignments.

Diving will be permitted during the final 10 minutes of the warm-up period in the assigned lanes at both ends of the pool. Swimmers must exit the water at the 25-metre mark.

For finals sessions, diving will be permitted during the final 15 minutes of warm-up in lanes 0 and 9.

12 & Under Development Group

no lane assignment, please respect the 40 swimmers per lane limit.

Diving will be permitted during the final 10 minutes of the warm-up period in the assigned lanes at both ends of the pool. Swimmers must exit the water at the 25-metre mark.

The Swimming Canada Competition Warm-Up Safety Procedures apply (see appendix).

Any swimmer who performs a dangerous dive or jump during warm-up will be disqualified from their first event of the session or, if applicable, their next scheduled event.

Heats

11 Years and Over Age Group

All events will be swum in a mixed senior format, seeded from fastest to slowest.

Starts for the 100 m and 200 m events will be conducted from both ends of the pool (double-ended). Odd-numbered heats will start from the south side (near the scoreboard), and even-numbered heats will start from the north side (near the main building).

Starts for the 50 m events will be held from the north side only.

12 & Under Development Group

All events will be swum in a mixed senior format, seeded from fastest to slowest.

Starts will be from the south side, except for the 50 m events, which will start from the north side.



Finales – Groupe d'âge 11 ans et plus

Des finales A seront disputées dans la catégorie 11-12 ans. Les catégories 13-14 ans et 15 ans et plus auront une finale A ainsi qu'une finale B, à condition qu'au moins 25 nageurs demeurent inscrits après la période de forfaits des préliminaires.

Note : Aucune finale B le dimanche soir.

Salle d'appel

Située près de la table de départ.

Les nageurs doivent se présenter à la salle d'appel au plus tard deux séries avant l'heure prévue de leur course.

Les réservistes devront être présents près du juge-arbitre au moins deux séries à l'avance.

Relais – Session 1 (Développement 12 ans et moins)

Le relais sera disputé en finale contre la montre et sera nagé comme dernière épreuve de la session 3.

Les feuilles de relais doivent être remises avant la fin de l'épreuve 108 (100 m dos).

Le relais est mixte et doit être composé de deux filles et de deux garçons.

400 m libre – Prime aux passages

L'épreuve du 400 m libre – prime aux passages sera disputée à la fin de la session de finales du samedi soir.

Les 10 meilleures nageuses et les 10 meilleurs nageurs toutes catégories au classement des préliminaires du 200 m libre seront invités à participer à cette épreuve.

Des bourses intermédiaires seront attribuées aux passages de 100 m, 200 m et 400 m.

Bourse surprise : le montant associé à chaque passage sera différent et dévoilé aléatoirement juste avant la course.

200 m QNI Mystère – Groupe d'âge 11 ans et plus

Le 200 m QNI Mystère sera disputé à la fin de la session de finales du dimanche soir.

Les 10 nageuses et les 10 nageurs ayant obtenu les meilleurs temps au classement général des préliminaires du 200 m QNI seront qualifiés.

L'ordre des styles sera différent pour chaque couloir et sera dévoilé lors de la première série. Chaque nageur se verra attribuer un couloir au hasard.

La gagnante et le gagnant de l'épreuve recevront chacun une bourse de 150 \$.

Aménagement de la plage de la piscine

Il n'y a pas de gradins pour les nageurs. Vous pouvez apporter vos propres chaises.

Si vous souhaitez installer une tente, vous devez également prévoir un système de lestage ou d'ancrage adéquat. Le Parc Jean-Drapeau ne fournit aucun dispositif d'ancrage.

Toute installation jugée non sécuritaire pourra être démontée à la demande du personnel du Parc Jean-Drapeau.

Forfaits

Veuillez transmettre les forfaits de vos nageurs au commis de course au plus tard 30 minutes avant le début de chaque session.

Pour les finales, les forfaits doivent être déclarés dans les 30 minutes suivant la fin des épreuves suivantes :

- Épreuve 4 – 100 m papillon (vendredi)
- Épreuve 8 – 100 m dos (samedi)
- Épreuve 13 – 200 m dos (dimanche)

Confirmation de présence

Pour les finales, les nageurs ou leur entraîneur doivent confirmer leur présence au bureau de l'administration durant la période d'échauffement.

Départs

Veuillez rappeler à vos nageurs de répondre rapidement aux consignes des juges-arbitres et des starters.

Final / Age Group 11+

A finals will be held in the 11–12 age category.

The 13–14 and 15 & Over categories will include both A and B finals, provided that at least 25 swimmers remain entered after the preliminary scratch deadline.

Note: No B finals will be held on Sunday evening.

Call room (near the start table): swimmers must report to the call room no later than 2 heats prior to their race.

Alternates have to stand by the Referee two heats prior to their event.

Relays session 1 / Development 12 and under

The relay will be swum as a timed-final event and will take place as the last event of Session 3.

Relay cards must be submitted before the end of Event 108 (100 m backstroke).

The relay is mixed and must be composed of two girls and two boys.

400 m Freestyle – Split Awards

The 400 m freestyle – split awards event will be held at the end of the Saturday evening finals session.

The top 10 female swimmers and top 10 male swimmers across all categories, based on the preliminary rankings of the 200 m freestyle, will be invited to participate.

Intermediate prizes will be awarded at the 100 m, 200 m, and 400 m splits.

Surprise prize: the amount awarded at each split will vary and will be randomly revealed just prior to the race.

200 m IM Mystery – 11 Years and Over Age Group

The 200 m IM Mystery event will be held at the end of the Sunday evening finals session. The top 10 female swimmers and top 10 male swimmers, based on the overall rankings from the preliminary heats of the 200 m IM, will qualify. The order of strokes will vary by lane and will be revealed during the first heat. Each swimmer will be assigned a lane at random. The female winner and male winner of the event will each receive a \$150 prize.

Pool Deck Setup

There are no bleacher-style seating areas for swimmers. Participants may bring their own chairs.

If you wish to set up a tent, you must also provide an appropriate anchoring or weighting system. The Parc Jean-Drapeau does not provide anchoring devices.

Any setup deemed unsafe may be required to be dismantled at the request of Parc Jean-Drapeau staff.

Scratches

Please submit swimmer scratches to the administration desk no later than 30 minutes before the start of each session.

For finals, scratches must be declared within 30 minutes following the completion of the following events:

- Event 4 – 100 m butterfly (Friday)
- Event 8 – 100 m backstroke (Saturday)
- Event 13 – 200 m backstroke (Sunday)

Confirmation of Attendance

For finals, swimmers or their coach must confirm attendance at the administration desk during the warm-up period.

Starts

Please remind swimmers to respond promptly to the instructions of the referees and starters.



Horaire pour le dénageement – piscine récréative

Couloirs 1 – 2 – 3 - 4

Vendredi – samedi et dimanche

- 8 h 00 à 21 h00

Note : Veuillez respecter les horaires et les couloirs assignés dans la piscine récréative.

Litiges et réclamations

Pour toute situation litigieuse pouvant survenir durant la compétition, veuillez-vous adresser au juge-arbitre en fonction.

Aucune reprise d'épreuve ne sera accordée, sauf dans le cas d'une erreur d'officiel reconnue par le juge-arbitre.

Récompenses

Groupe d'âge 11 ans et plus

Un prix SPEEDO sera remis à la nageuse et au nageur ayant remporté chacune des finales A.

Développement 12 ans et moins

Des prix de présence seront attribués au hasard parmi tous les participants.

Contrôle des nageurs (sécurité)

Veuillez informer vos nageurs qu'ils doivent présenter leur bracelet d'identification pour accéder au bassin.

Sécurité

En cas d'urgence ou d'orage, veuillez suivre les directives du personnel du Parc Jean-Drapeau.

Le comité organisateur s'engage à offrir un environnement sécuritaire ainsi qu'une compétition bien structurée. Toutefois, la surveillance des athlètes demeure sous la responsabilité de leur club.

Les entraîneurs sont responsables de la conduite de leurs nageurs et doivent s'assurer qu'ils connaissent et respectent les procédures en vigueur.

La piscine récréative et sa plage sont réservées à la clientèle du Parc Jean-Drapeau, à l'exception des couloirs réservés aux nageurs de la compétition, conformément aux horaires indiqués à la section « Piscine récréative ».

Résultats

Les résultats en direct seront disponibles que sur l'application SplashMe.

Les résultats officiels seront transmis à Natation Canada dans les jours suivant la compétition.

Transport et stationnement

Nous vous recommandons d'utiliser le métro, qui constitue le moyen le plus rapide pour accéder au site.

Des travaux sont actuellement en cours au Parc Jean-Drapeau. La capacité de stationnement est donc considérablement réduite.

Le stationnement sur le site du Parc Jean-Drapeau est payant. Aucun remboursement de contravention ne pourra être accordé par le comité organisateur ou par le Parc Jean-Drapeau

Objets perdus

Pour tout objet perdu ou retrouvé, veuillez-vous adresser au bureau du responsable de la piscine.

Merci de votre collaboration et de votre contribution au maintien de la propreté des installations, de la plage de la piscine et des vestiaires.

BONNE COMPÉTITION À TOUTES ET À TOUS !

Le comité organisateur de l'International SAMAK

Cool down Lane Schedule

Lanes 1 – 2 – 3 - 4

Friday, Saturday and Sunday

- 8:00 a.m. to 9:00 p.m.

Note: Please respect the assigned times and lanes in the recreational pool.

Disputes and Protests

Address yourself directly to the referee in charge for any kind of disagreement during the meet.

No event re-swims will be granted, except in the case of an official error confirmed by the referee.

Awards

11 Years and Over Age Group

A SPEEDO prize will be awarded to the female and male swimmer who win each A final.

12 & Under Development Group

Prizes will be randomly awarded among all participants.

Swimmer Control (Safety)

Please inform swimmers that they must present their identification bracelet to access the pool deck.

Safety

In the event of an emergency or thunderstorm, please follow the instructions of Parc Jean-Drapeau staff.

The organizing committee is committed to providing a safe environment and a well-structured competition. However, athlete supervision remains the responsibility of each club.

Coaches are responsible for the conduct of their swimmers and must ensure they are aware of and follow all procedures in effect.

The recreational pool and surrounding beach area are reserved for Parc Jean-Drapeau users, except for lanes designated for competition swimmers, in accordance with the schedule outlined in the "Recreational Pool" section.

Results

Live results will be available on the SplashMe application only.

Official results will be submitted to Swimming Canada in the days following the competition.

Transportation and Parking

We recommend using the metro, which is the fastest way to access the site. Construction work is currently underway at Parc Jean-Drapeau. Parking capacity is therefore significantly reduced.

Parking on the Parc Jean-Drapeau site is subject to fees. No parking ticket reimbursements will be provided by the organizing committee or by Parc Jean-Drapeau.

Lost and Found

For any lost or found items, please contact the pool manager's office.

Thank you for your cooperation and for your contribution to maintaining the cleanliness of the facilities, pool deck, and locker rooms.

HAVE A GREAT COMPETITION, EVERYONE!

The Organizing Committee of the International SAMAK



Groupe d'âge 11 ans et plus						
Date	19 juin	19 juin	20 juin	20 juin	21 juin	21 juin
Session	1	2	3	4	5	6
échauffement 1	7 h 00	17 h 00	7 h 00	17 h 00	7 h 00	16 h 30
échauffement 2	7 h 30		7 h 30		7 h 30	
début	8 h 05	18 h 00	8 h 05	18 h 00	8 h 05	17 h 30
Développement 12 ans et moins						
Date	19 juin		20 juin		21 juin	
Session	1		2		3	
échauffement	13 h 00		13 h 00		13 h 00	
début	13 h 35		13 h 35		13 h 35	
Note: horaire sujet à changement selon la durée des préliminaires et session Développement						

BASSIN COMPÉTITIF										
SESSION 1 - ATTRIBUTION DE COULOIR - ÉCHAUFFEMENT / Vendredi										
Horaire	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7 h 00 à 7 h 25	VELOX ENC CNBF	VELOX CNC	DDO	DDO	SWOTT BLUE	SWOTT CSLA	NCA CARO	ELITE CASE CAMO	CNMT SHER CNHR	OAK OYO
7 h 30 à 7 h 55	NKB	NKB	NKB	DSC	DSC	GSH	GSH	SAC	GGST	NG LLOU
Une période de plongeon de 10 min à la fin de chaque bloc d'échauffement sera permise dans vos couloirs respectifs										
SESSION 3 - ATTRIBUTION DE COULOIR - ÉCHAUFFEMENT / Samedi										
Horaire	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7 h 00 à 7 h 25	NKB	NKB	NKB	DSC	DSC	GSH	GSH	SAC	GGST	NG LLOU
7 h 30 à 7 h 55	VELOX ENC CNBF	VELOX CNC	DDO	DDO	SWOTT BLUE	SWOTT CSLA	NCA CARO	ELITE CASE CAMO	CNMT SHER CNHR	OAK OYO
Une période de plongeon de 10 min à la fin de chaque bloc d'échauffement sera permise dans vos couloirs respectifs										
SESSION 5 - ATTRIBUTION DE COULOIR - ÉCHAUFFEMENT / Dimanche										
Horaire	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7 h 00 à 7 h 25	VELOX ENC CNBF	VELOX CNC	DDO	DDO	SWOTT BLUE	SWOTT CSLA	NCA CARO	ELITE CASE CAMO	CNMT SHER CNHR	OAK OYO
7 h 30 à 7 h 55	NKB	NKB	NKB	DSC	DSC	GSH	GSH	SAC	GGST	NG LLOU
Une période de plongeon de 10 min à la fin de chaque bloc d'échauffement sera permise dans vos couloirs respectifs										

BASSIN RÉCRÉATIF										
SESSION 1 - VENDREDI										
7 h 00 à 7 h 25		1	2	3	4					
		SAMAK	SAMAK	SAMAK	ELITE					
SESSION 3 SAMEDI										
7 h 30 à 7 h 55		1	2	3	4					
		SAMAK	SAMAK	SAMAK	ELITE					
SESSION 5 - DIMANCHE										
7 h 00 à 7 h 25		1	2	3	4					
		SAMAK	SAMAK	SAMAK	ELITE					
Une période de plongeon de 10 min à la fin de chaque bloc d'échauffement sera permise dans vos couloirs respectifs										



PROCÉDURES DE SÉCURITÉ POUR L'ÉCHAUFFEMENT EN COMPÉTITION

Pour toutes les compétitions sanctionnées par Natation Canada, la direction de la compétition doit s'assurer que les procédures de sécurité suivantes sont appliquées pendant l'échauffement. Les entraîneurs, les nageurs et les officiels sont responsables du respect de ces directives pendant toutes les périodes d'échauffement prévues. On encourage les entraîneurs à aider les contrôleurs à la sécurité à promouvoir un environnement sécuritaire.

ÉCHAUFFEMENT GÉNÉRAL :

- Les nageurs doivent entrer dans l'eau de manière prudente **LES PIEDS EN PREMIER**, en entrant du côté des départs ou des virages seulement, d'une position debout ou assise.
- Les nageurs doivent toujours être conscients de leur environnement et garder les murs d'extrémité dégagés.
- Courir au bord de la piscine ou entrer dans le bassin en courant est interdit.
- La direction de la compétition peut désigner des couloirs de vitesse ou de rythme pendant la période d'échauffement. Une telle utilisation du couloir doit être communiquée avant la compétition par un avis ou une annonce et être affichée au bord de la piscine.
- La direction de la compétition peut, à sa discrétion, diviser la période d'échauffement comme elle le juge approprié pour offrir un environnement d'échauffement sécuritaire (nombre de nageurs par couloir, échauffement par club, par genre et par âge). Toute décision de la direction de tenir des périodes d'échauffement séparées doit être communiquée d'une quelconque façon avant le début de l'échauffement au moyen, par exemple, d'un avis, d'un courriel, d'une annonce lors de la réunion technique ou d'une annonce générale avant la compétition.
- Il est permis de plonger dans les couloirs de vitesse désignés seulement. Seule la natation à sens unique est permise dans les couloirs de vitesse.
- Lorsqu'ils quittent les couloirs de vitesse, les nageurs doivent être prudents et conscients de leur environnement. S'ils traversent d'autres couloirs, ils doivent s'assurer de ne pas gêner les nageurs effectuant leur travail de vitesse, de rythme ou les couloirs réservés à la paranatation.
- Les entraîneurs doivent décider si leurs nageurs sont prêts à effectuer leur travail de rythme en toute sécurité dans les couloirs réservés à cet effet et doivent les superviser directement.
- Aux piscines ayant les appuis de départ au dos, la direction de la compétition peut, à sa discrétion, désigner un couloir pour les départs de dos (la direction n'est pas obligée de désigner un tel couloir s'il n'y a pas assez de couloirs pour le nombre de nageurs à la compétition).
- Des avis ou des barrières doivent être placés sur les plots de départ pour indiquer que les plongeurs sont interdits pendant l'échauffement.



- L'entraînement précompétition sera supervisé par les entraîneurs et des sauveteurs seront présents en nombre suffisant sur le bord du bassin. Il n'y aura pas de contrôleur à la sécurité pendant l'entraînement précompétition.
- Les contrôleurs à la sécurité seront en poste au bassin de compétition pendant les échauffements seulement

AVIS À PROPOS DES PARANAGEURS :

- Les entraîneurs sont tenus d'aviser les contrôleurs à la sécurité si des paranageurs participent à l'échauffement. Au besoin, la direction de la compétition peut désigner un couloir pour les paranageurs pour l'échauffement.
- Lorsqu'un couloir de paranatation est désigné, seuls les nageurs classifiés peuvent l'utiliser. Toute infraction peut entraîner des mesures disciplinaires.

ÉQUIPEMENT :

- Seuls les planches, les flotteurs de résistance, les élastiques aux chevilles et les tubas peuvent être utilisés dans le bassin d'échauffement principal pendant l'échauffement.
- La direction de la compétition peut, à sa discrétion, autoriser l'utilisation des palettes et des palmes dans le bassin d'échauffement secondaire seulement (le cas échéant). Leur utilisation est recommandée seulement lors des compétitions de niveau national ou de niveau sénior.
- À la discrétion de la direction de la compétition et selon l'espace disponible, le directeur de la compétition peut permettre l'utilisation des tubes élastiques ou d'une corde d'assistance dans les couloirs désignés et à un moment précis de l'échauffement. Il est recommandé d'autoriser ce type d'échauffement seulement dans le bassin d'échauffement secondaire. Les entraîneurs sont responsables de la fiabilité et de l'utilisation de l'équipement. Leur utilisation est recommandée seulement lors des compétitions de niveau national ou de niveau sénior.

INFRACTIONS :

- Un nageur pris à plonger ou à entrer dans l'eau de façon dangereuse par un contrôleur à la sécurité pourrait être retiré sans avertissement de sa première épreuve individuelle à la suite de l'échauffement au cours duquel l'infraction s'est produite. Le nom et le club du nageur doivent être enregistrés auprès de la direction la compétition.
- En cas de récidive au cours de la même compétition, le nageur sera exclu du reste de la compétition par le coordonnateur de la compétition/juge-arbitre de la rencontre.

Il est entendu qu'un certain niveau d'interprétation et de bon sens doit être employé à l'application de ces directives. Plonger dans une piscine vide au début de l'échauffement n'est pas la même chose que plonger dans un couloir bondé de nageurs. Le jugement et le contexte doivent être pris en considération. La présente section porte sur les infractions commises à l'égard des plongeurs et non de l'utilisation d'équipement.

CONTRÔLEUR À LA SÉCURITÉ :

Un contrôleur à la sécurité a reçu une formation et la personne en poste est désignée par la direction de la compétition. Il faut faire preuve de jugement, de tact et d'assurance. C'est



pourquoi le contrôleur à la sécurité devrait idéalement être un officiel plus expérimenté, dans la mesure du possible.

Les contrôleurs à la sécurité doivent :

- Être visibles grâce à leur gilet de sécurité.
- Être informés de manière exhaustive sur les procédures d'échauffement.
- Se trouver à chaque extrémité du bassin de compétition. Surveiller activement toutes les périodes d'échauffement prévues pendant les jours de compétition.
- S'assurer que les participants respectent les procédures de sécurité d'échauffement et signaler toute infraction au juge-arbitre

Il est recommandé de prévoir au moins deux contrôleurs à la sécurité pour chacun des bassins d'échauffement de 25 m utilisés lors de compétitions en petit bassin et au moins quatre contrôleurs à la sécurité pour les bassins d'échauffement de 50 m utilisés lors de compétitions en grand bassin.

Selon le niveau de la compétition, les contrôleurs à la sécurité doivent travailler avec les entraîneurs et les nageurs pour s'assurer que l'environnement d'échauffement est sécuritaire. Pour ce faire, ils peuvent notamment expliquer les procédures à un jeune nageur ou exprimer une préoccupation à un entraîneur.

La déclaration suivante doit apparaître dans toutes les trousse d'information des compétitions sanctionnées de Natation Canada et sur les avis affichés :

« LES PROCÉDURES DE SÉCURITÉ POUR L'ÉCHAUFFEMENT EN COMPÉTITION DE NATATION CANADA SERONT EN VIGUEUR DURANT LA COMPÉTITION. »