



**Invitation**  
**Brise-Glace**  
**11 ans et plus**

**19-20 octobre 2024**  
Club de Natation de Saint-Laurent (CNSL)

**Complexe Sportif de Saint-Laurent**  
2385, boulevard Thimens, Saint-Laurent

Bassin de 25m / 8 couloirs  
Système de chronométrage Colorado équipé avec 8 plaques de touche

**Directrice de rencontre**

Bouthaina Bailiche  
[meetmanagers.cnsl@gmail.com](mailto:meetmanagers.cnsl@gmail.com)

**Inscriptions**

Wendy Chen  
[inscriptions.cnsl@gmail.com](mailto:inscriptions.cnsl@gmail.com)

**Juge-Arbitre**

Jason Martin (niveau 3)

**Responsable des officiels**

Ayham Howly  
[officiels.cnsl@gmail.com](mailto:officiels.cnsl@gmail.com)



## Renseignements généraux / General Informations

<p><b>Type d'invitation</b></p> <p>La compétition "Invitation Brise-Glace" est une invitation provinciale sanctionnée par la Fédération de natation du Québec comprenant 2 sessions.</p> <p>La compétition s'adresse aux nageurs de 11 ans et plus.</p> <p>La directrice de rencontre se réserve le droit de limiter les inscriptions à 330 nageurs pour les sessions du samedi et du dimanche, le tout sur une base de « premiers arrivés, premiers servis »</p> <p>Les nageurs n'ont pas besoin de temps de qualification.</p> <p><b>Pour toutes les informations sur la compétition, consulter la page suivante:</b> <a href="https://www.itemface.com/item/75RFRWHBUO9BEQQX?l=fr">https://www.itemface.com/item/75RFRWHBUO9BEQQX?l=fr</a></p>	<p><b>Type of invitation</b></p> <p>The competition "Invitation Brise-Glace" is a provincial invitation sanctioned by the Fédération de natation du Québec holding 2 sessions.</p> <p>The competition is open to swimmers 11 years and older.</p> <p>The Meet Manager reserves the right to limit registrations to 330 swimmers for the Saturday and Sunday sessions, all on a "first come, first served" basis.</p> <p>Swimmers do not need time qualification.</p> <p><b>For all the informations on the competition, consult this webpage:</b> <a href="https://www.itemface.com/item/75RFRWHBUO9BEQQX?l=en">https://www.itemface.com/item/75RFRWHBUO9BEQQX?l=en</a></p>
<p><b>Format</b></p> <p>Le format est une finale directe en bassin de 25m.</p>	<p><b>Format</b></p> <p>Direct finals in a 25m pool.</p>
<p><b>Dates et heures</b></p> <p>Samedi 19 octobre Échauffement : 12h30 Début de la rencontre :13h30</p> <p>Dimanche 20 octobre Échauffement : 12h30 Début de la rencontre :13h30</p> <p>Les heures du début des sessions de la rencontre seront confirmées dans le Bulletin technique qui sera envoyé à chaque club participant quelques jours avant la compétition.</p>	<p><b>Dates &amp; times</b></p> <p>Saturday October 19 Warm up: 12:30PM Start: 1:30PM</p> <p>Sunday October 20 Warm up: 12:30PM Start: 1:30PM</p> <p>The starting times of each session of the meet will be confirmed in the Technical bulletin that will be sent out to each participating club a few days before the meet.</p>

## Compétition / Meet

<p><b>Règlements</b></p> <p>Les règlements de la Fédération de Natation du Québec, ainsi que ceux de Natation Canada seront en vigueur, incluant le Règlement de sécurité de la natation en bassin.</p> <p>Les départs se feront à partir des plots de départ selon FINA FR 2.3 et SW 4.1.</p> <p>Durant la compétition, les procédures de sécurité pour l'échauffement en compétition de Natation Canada seront en vigueur. Un athlète fautif pourrait être pénalisé et ne pas participer à sa première épreuve de la session.</p>	<p><b>Rules</b></p> <p>The rules of the Fédération de Natation du Québec, as well as those of Swimming Canada will apply, including the "Règlement de sécurité de la natation en bassin".</p> <p>Starts will be from the starting block according to FINA FR 2.3 and SW 4.1.</p> <p>During the competition, Swimming Canada's competitive warm-up safety procedures will be in effect. An athlete found in violation may be penalized and not compete in their first event of the session.</p>
<p><b>Admissibilité des clubs</b></p> <p>Chaque club participant à la compétition devra être membre en règle de la FNQ ou de sa propre fédération provinciale ou nationale.</p>	<p><b>Club Eligibility</b></p> <p>Each club participating in the competition must be a member in good standing of the FNQ or their respective provincial or national federation.</p>
<p><b>Admissibilité des entraîneur.e.s</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Chaque entraîneur participant à une compétition devra être membre en règle de la FNQ ou de sa propre fédération provinciale ou nationale;</li> <li>● Afin de pouvoir entraîner et participer à des compétitions sanctionnées, l'entraîneur(e) d'un club québécois doit avoir minimalement obtenu le statut « certifié » d'une formation suivante :             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Natation 101 – Entraîneur(e) des fondements de la natation</li> <li>○ Natation 201 – Entraîneur(e) groupe d'âge</li> </ul> </li> </ul>	<p><b>Coaches Eligibility</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Each coach participating in a competition must be a member in good standing of the FNQ or his/her own provincial or national federation;</li> <li>● In order to coach and participate in sanctioned competitions, a Quebec club coach must have obtained a minimum of "certified" status from one of the following courses :             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Swimming 101 – Fundamentals of Swimming Coach</li> <li>○ Swimming 201 – Age Group Coach</li> </ul> </li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Natation 301 – Entraîneur(e) senior au début de sa prise de fonction.</li> </ul> <p>Mesure d'exception pour les nouveaux entraîneurs: se référer au règlement de sécurité de la natation en bassin.</p> <p>Chaque club devra obligatoirement avoir un entraîneur exclusivement dédié à sa fonction d'entraîneur durant une compétition. Un entraîneur ne pourra donc pas compétitionner si celui-ci est le seul entraîneur présent de son club.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Swimming 301 – Senior Coach at the beginning of their role.</li> </ul> <p>Exception for new coaches: refer to the pool swimming safety rules.</p> <p>Each club must have a coach exclusively dedicated to his coaching function during a competition. A coach will therefore not be able to compete if he is the only coach present in his club.</p>
<p><b>Admissibilité des nageurs</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Les nageurs doivent être inscrits comme membres compétitifs à la Fédération de natation du Québec et doivent avoir complété l'affiliation sur la plateforme Natation Canada.</li> <li>● Un nageur ayant le statut « confirmer compte » n'a pas une inscription conforme à la base de données de Natation Canada.</li> </ul>	<p><b>Swimmers Eligibility</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Swimmers should be registered as competitive members with the Fédération de Natation du Québec and should have completed the affiliation procedure on the Swimming Canada platform.</li> <li>● A swimmer with “confirm account” status is not a registered swimmer in the Swimming Canada database.</li> </ul>
<p><b>Catégories d'âge</b></p> <p>Filles : 11-12 ans, 13-14 ans, 15-16, 17 ans et +      Garçons : 11-13 ans, 14-15 ans, 16-17 ans, 18 ans et +      L'âge du nageur est déterminé le <b>samedi 19 octobre 2024</b>, soit la première journée des compétitions.</p>	<p><b>Age Categories</b></p> <p>Girls: 11-12 yo, 13-14 yo, 15-16 yo, 17 yo and older      Boys: 11-13 yo, 14-15 yo, 16-17 yo, 18 yo and older      The swimmer's age is determined as of <b>Saturday, October 19, 2024</b>, which is the first day of the competitions.</p>
<p><b>Temps de qualification et nombre d'épreuves</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Aucun temps de qualification requis.</li> <li>● Les nageurs peuvent nager un maximum de 3 épreuves par session.</li> </ul>	<p><b>Qualifying Times &amp; Number of Events</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● No time qualification required.</li> <li>● Swimmers can swim a maximum of 3 events per session.</li> </ul>

<p><b>Déroulement de la compétition</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Les épreuves seront nagées du plus lent au plus rapide.</li> </ul>	<p><b>Progress of the competition:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>The events will be swum from slowest to fastest.</li> </ul>
<p><b>Inscriptions - Frais - Dates limites</b>  <b>Mardi 8 octobre 2024 à 23h59</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>6.90\$ + taxes = 7.94\$ de frais fixes de participation par nageur retourné à la FNQ</li> <li>10\$ par épreuve</li> </ul> <p>NB: Ces frais pourraient être sujet à changement selon les directives de la FNQ pour la saison 2024-2025</p> <p>Les frais d'inscription sont non remboursables.</p> <p><b>Paiement</b></p> <p><b>Par virement Interac</b>  <b>(avant le mercredi 16 octobre 2024)</b>      Au courriel: <a href="mailto:communication.cnsl@gmail.com">communication.cnsl@gmail.com</a>      Question: Quel est le nom du club hôte?      Réponse: CNSL      Commentaire: SVP indiquer le nom de votre club.</p> <p><b>Par chèque</b>      Votre chèque libellé à l'ordre de <i>Club de Natation de Saint-Laurent</i> doit être remis au Bureau de l'administration (anciennement Commis de course) avant le 1<sup>er</sup> départ de votre session.</p>	<p><b>Entries - Fees - Deadlines</b>  <b>Tuesday October 8, 2024 at 11:59 pm</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>\$6.90 + taxes = \$7.94 fixed participation fee per swimmer returned to the FNQ</li> <li>\$10 per event</li> </ul> <p>NB: These fees may be subject to change according to FNQ guidelines for the 2024-2025 season.</p> <p>Registration fees are non-refundable.</p> <p><b>Payment</b></p> <p><b>By e-transfer</b>  <b>(before Wednesday October 16, 2024)</b>      Email: <a href="mailto:communication.cnsl@gmail.com">communication.cnsl@gmail.com</a>      Question: What's the name of the hosting club?      Answer: CNSL      Notes: Please mention the name of your club.</p> <p><b>By cheque</b>      Your cheque made payable to <i>Club de Natation de Saint-Laurent</i> must be submitted to the Administration Desk (previously Clerk of course) before the first start of your session.</p>

### **Pénalité pour défaut d'inscription**

Pour un nageur non inscrit conformément dans une catégorie admissible dans le site national d'inscription et ayant participé à une compétition :

- Le club d'appartenance du nageur aura l'obligation de l'inscrire dans la catégorie appropriée dans les 5 jours suivants et une pénalité de 50 \$ par nageur fautif sera envoyée au club.
- Le comité organisateur ayant accepté dans son événement un nageur non-inscrit recevra une pénalité de 100\$ par nageur fautif.

Pour un nageur ayant participé à une compétition en étant inscrit dans une catégorie inappropriée :

- La FNQ procédera à son changement de statut au moment où elle recevra 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.

### **Procédures d'inscription**

- Les inscriptions devront être déposées sur <https://www.swimming.ca/fr/> au plus tard le **mardi 8 octobre 2024 à 23h59**.
- Il est de la responsabilité du club de vérifier la validité des données avant de déposer les inscriptions en ligne.
- Le fichier des épreuves est disponible sur le site

### **Penalty for failure to register**

For a swimmer who is not properly registered in an eligible category on the national registration site and has competed:

- The swimmer's home club will be required to register the swimmer in the appropriate category within 5 days and a penalty of \$50 per offending swimmer will be sent to the club.
- The organizing committee that accepts a non-registered swimmer in its event will receive a penalty of \$100 per swimmer at fault.

For a swimmer who participated in a competition while registered in an inappropriate category:

- The FNQ will proceed with the change of status upon receipt of the validation report from Swimming Canada. The swimmer will be registered as a competitive swimmer.
- A \$20 administrative fee will be charged by the FNQ for the category change.

### **Entry procedures**

- Entries must be submitted to <https://www.swimming.ca/en/> at latest by **Tuesday, 8 October, 2024 at 11:59 pm**
- It is the club's responsibility to verify the validity of the data before submitting online entries.
- The event file is available for download on the SNC website:

<https://www.swimming.ca/fr/evenements-resultats/>

<https://www.swimming.ca/fr/evenements-resultats/>

### Changements aux inscriptions

Les entraîneurs peuvent modifier les choix de nage des nageurs entre le 9 et le 14 octobre à minuit.

Aucun changement ne sera accepté à compter du 15 octobre 2024.

### Modifications of Entries

Coaches can modify swim choices of swimmers between October 9 and 14 at midnight.

No changes will be accepted as of October 15, 2024.

### Inscriptions tardives

- Les nageurs ajoutés après le 8 octobre 2024 sont considérés comme "inscriptions tardives".
- Des frais de 30\$ par nageur + 10\$ par épreuve seront facturés et ajoutés au montant total dû par le club si des ajouts sont apportés après le 8 octobre 2024.
- Des frais de 30\$ en argent comptant par nageur + 10\$ par épreuve pour les inscriptions tardives sur place au début de la session.
- Aucune nouvelle série ne sera ajoutée pour les inscriptions tardives.

### Late or Deck Entries

- Swimmers added after October 8th, 2024 are considered "late deck entries".
- A \$30 fee per swimmer + 10\$ per event will be charged and added to the club's total amount due if changes are made after October 8th.
- A \$30 cash fee per swimmer + 10\$ per event for any late entry at the beginning of the session on the meet day.
- No new heat shall be added for deck entries.

## Format de la compétition / Meet Format

<p><b>Temps de passage</b></p> <p>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.</p>	<p><b>Official Times</b></p> <p>Requests for an official time must be made to the Administration Desk, at least 30 minutes before the session.</p>
<p><b>Période de forfaits</b></p> <p>Les forfaits devront être faits au plus tard 30 minutes avant le début de la session.</p>	<p><b>Scratches</b></p> <p>Scratches must be made no later than 30 minutes before the start of the session.</p>
<p><b>Résultats</b></p> <p>Les résultats de la rencontre seront disponibles sur les sites SPLASHME et Natation Canada <a href="https://www.swimming.ca/fr/evenements-resultats/">https://www.swimming.ca/fr/evenements-resultats/</a></p>	<p><b>Results</b></p> <p>Results of the meet will be available on SPLASHME and Swimming Canada <a href="https://www.swimming.ca/fr/evenements-resultats/">https://www.swimming.ca/fr/evenements-resultats/</a></p>



## Programme / Program

### Session 1

Samedi 19 octobre / Saturday October 19  
 Échauffement : 12h30 - Début : 13h30

F / W	Samedi Préliminaire	H / M
1	200m Libre / Free	2
3	100m QNI / Medley	4
5	50m Brasse / Breaststroke	6
7	200m Dos / Back *	8
9	50m Papillon / Fly	10
11	100m Brasse / Breaststroke	12

### Session 2

Dimanche 20 octobre / Sunday October 20  
 Échauffement : 12h30 - Début : 13h30

F / W	Dimanche Préliminaire	H / M
13	200m QNI / Medley	14
15	100m Dos / Back	16
17	50m Libre / Free	18
19	100m Papillon / Fly	20
21	100m Libre / Free	22
23	50m Dos / Back	24

Notes : Maximum de 3 épreuves par jour/nageur le samedi et le dimanche

\* Le club se réserve le droit d'**annuler le 200 m Dos** s'il juge que la session est trop longue

## Officiels / Officials

<p><b>Officiels et bénévoles</b></p> <p>Nous comptons sur la participation de tous les clubs pour fournir des officiels en nombre suffisant pour cette compétition.</p> <p>Les inscriptions des officiels et bénévoles sont disponibles en ligne par ce lien <a href="https://forms.gle/xZ1dLznYgRgxDsu8">https://forms.gle/xZ1dLznYgRgxDsu8</a> jusqu'au lundi 14 octobre, 2024.</p>	<p><b>Officials and volunteers</b></p> <p>We hope for the participating clubs to provide a sufficient number of officials and volunteers for the competition.</p> <p>Registration for officials and volunteers is available online at this link <a href="https://forms.gle/xZ1dLznYgRgxDsu8">https://forms.gle/xZ1dLznYgRgxDsu8</a> until Monday October 14, 2024.</p>
---	--

## Parents / Parents

<p><b>Stationnement</b></p> <p>Le stationnement au Complexe sportif est partagé avec d'autres clubs/activités. Vous pouvez stationner devant le Complexe sportif, à l'aréna Raymond Bourque, à la bibliothèque Du Bois�, sur le boulevard Thimens ou dans les rues r�sidentielles avoisinantes.</p>	<p><b>Parking</b></p> <p>Parking at the Sports Complex is shared with other clubs/activities. You can park in front of the Sports Complex, at the Raymond Bourque Arena, at the library Du Bois�, on Thimens Boulevard or at residential streets nearby.</p>
<p><b>Spectateurs</b></p> <p>Aucun parent n'est autorisé dans la piscine pendant la compétition. Vous pouvez voir les nageurs � partir des estrades du 2�me étage.</p>	<p><b>Spectators</b></p> <p>No parents are allowed in the pool during the competition. You can see the swimmers from the 2<sup>nd</sup> floor bleachers.</p>

**BONNE COMPÉTITION !!**