



DÉFI CALAC - 11 ans et plus

Du: Vendredi 1 novembre, 2024

Au: Dimanche 3 novembre, 2024

From:

Friday November 1, 2024

To:

Sunday November 3, 2024

Bulletin Technique

INFORMATIONS SUR LA COMPÉTITION

Sanction

Cet événement est sanctionné par la Fédération de natation du Québec.

Numéro de sanction : QC-010

Lieu

Centre aquatique Michel Leduc (Aquadôme)
1411, rue Lapierre
Lasalle, QC H8N 2J4
514-367-6473

Directeur(trice) de rencontre

Tyler Seguin
coachtyler@calac.ca

Responsable des officiels et bénévoles

ROC CALAC
officiels@calac.ca

FORMAT DE LA COMPÉTITION

FORMAT DE LA COMPÉTITION

Catégories d'âge 11-12, 13-14 ans et 15 ans et plus

Préliminaires : Toutes les épreuves seront nagées mixtes du plus lent au plus rapide. Les épreuves 200m papillon, 200m dos, 200m brasse, 400m libre et 400m QNI sont des épreuves finales contre-la-montre. Il y aura des finales A pour les autres épreuves aux programmes.

Les finales se nageront par sexe et par catégorie d'âge.

FORFAITS POUR LES PRELIMINAIRES

Les forfaits devront être remis au Bureau d'administration au plus tard 30 minutes avant le début de la session.

FORFAITS POUR LES FINALES

Les forfaits doivent être remis au bureau d'administration au plus tard 30 minutes après la fin de la session préliminaire.

DEMANDE DE TEMPS DE PASSAGE OFFICIEL

Les demandes de temps de passage officiel doivent être soumises au bureau de l'administration avant le début de l'épreuve en question.

RÉSULTATS

Les résultats en direct seront disponibles sur le site de Swimrankings et sur l'application mobile SplashMe.

COMPETITION INFORMATION

Sanction

This Event is sanctioned by the Fédération de natation du Québec.

Sanction Number : QC-010

Venue

Michel Leduc Aquatic Center (Aquadôme)
1411, rue Lapierre
Lasalle, Qc H8N 2J4
514-367-6473

Meet Manager

Tyler Seguin
coachtyler@calac.ca

Officials and Volunteers Coordinator

ROC CALAC
officiels@calac.ca

COMPETITION FORMAT

COMPETITION FORMAT

Age groups 11-12, 13-14 and 15 and over

Preliminaries: all events will be swam from the slowest to the fastest.

The following events will be timed finals: 200m butterfly, 200m back, 200m breaststroke, 400m freestyle and 400m IM. There will be an A final for the other events.

Finals will be swam by sex and age group.

SCRATCHES FOR PRELIMINARIES

Scratches must be given to the Administration desk at the latest 30 minutes before the start of the session.

SCRATCHES FOR FINALS

Scratches must be given to the Administration desk at the latest 30 minutes after the end of the preliminary session.

OFFICIAL SPLIT TIMES REQUEST

Requests for an official split time must be made to the Administration desk before the start of the event in question.

RESULTS

Live results will be available on the Swimrankings website and on the SplashMe mobile application.

DÉFI CALAC - 11 ans et plus

Du: Vendredi 1 novembre, 2024

From:

Friday November 1, 2024

Au: Dimanche 3 novembre, 2024

To:

Sunday November 3, 2024

Bulletin Technique

Échauffements

Durée de l'échauffement

Préliminaires

Une période de 50 minutes.

Les 10 dernières minutes de la période d'échauffement peuvent être utilisées pour les plongeurs (seulement la partie profonde).

Finales

Une période de 50 minutes.

Couloir 1 réservé aux plongeurs durant toute la période (seulement la partie profonde). Aucune assignation.

Supervision

Les entraîneurs sont responsables de la supervision de leurs nageurs pendant toute la période d'échauffement. Il ne doit pas y avoir plus de 20 nageurs par couloir.

Circulation et plongeon

Pendant l'échauffement, le nageur doit entrer dans la piscine « les pieds en premier, en se glissant dans l'eau. » AUCUN SAUT OU PLONGEON.

Tous les participants nageant dans un même couloir doivent circuler en utilisant une voie d'aller et une voie de retour, de façon sécuritaire.

Plongeon permis du côté profond seulement.

La circulation dans ces couloirs est alors à sens unique, sortant à la fin du couloir ou sur les côtés.

Dénagement

La piscine de 25 mètres peu profonde est disponible pour le dénouement pendant la compétition.

Warmup

Warmup duration

Preliminaries

One 50 minute period

The last 10 minutes of the warm up period can be used for diving (deep end only)

Finals

One 50 minute period.

Lane 1 reserved for diving during the entire period (deep end only)

No lane assignment.

Supervision

The coaches are responsible to supervise their swimmers during the entire warmup period. There can never be more than 20 swimmers per lane.

Circulation and diving

During warmup, swimmers must ease into the pool feet first. NO JUMPING OR DIVING.

All participants in a given lane must keep the right on the way out and on the way in to cross the other swimmers safely.

Diving allowed in the deep end only.

Circulation in these lanes is then one way, exiting at the end or the side of the lane.

Cooldown

The 25m shallow end pool is available for cooldown during the competition

INSCRIPTIONS

INSCRIPTION TARDIVE

Une inscription tardive sera acceptée jusqu'à 30 minutes avant le début de la session s'il y a un couloir vide dans une série existante. Aucune nouvelle série ne sera créée.

CONFIRMATION DE PRÉSENCES

La confirmation de présence aux épreuves 400m libre et 400m QNI est obligatoire à la table du Bureau d'administration, au plus tard au début de la session. Une nageur n'ayant pas confirmé sa présence ne pourra pas prendre le départ.

REGISTRATION

LATE REGISTRATION

Deck entries will be accepted up to 30 minutes before the start of the session if there is a lane available in an existing heat. No new heats will be created.

ATTENDANCE CONFIRMATION

Attendance confirmation is mandatory with the clerk before the start of the session for the following events: 400m freestyle, 400m IM. Any swimmer that did not confirm his attendance will not be allowed to swim.

RÉUNION DES ENTRAÎNEURS

RÉUNION DES ENTRAÎNEURS

Vendredi 1er novembre à 17h10 à l'extrémité peu profonde de la piscine près des

Merci de votre collaboration au maintien de la propreté du bord de la piscine et des vestiaires. Évitez les chaussures d'extérieur au bord de la piscine.

Au plaisir de vous accueillir!

Tyler Seguin
coachtyler@calac.ca

COACHES MEETING

COACHES MEETING

Friday November 1 at 5:10pm at the shallow end of the pool near the

Thank you for your cooperation in maintaining the cleanliness of the pool deck and changing rooms. Avoid outdoor shoes on poolside.

We are pleased to welcome you!

Tyler Seguin
coachtyler@calac.ca

Défi Calac - 11 ans et plus
LaSalle, 1- - 3-11-2024

Horaire session n° 1 - Vendredi PM

2024-11-01 - 17:30

Echauffement: de 16:30

17:30	1.	200m Libre	Tous	Eliminatoire	11 +	0:42	11 Séries	65
18:12	2.	100m Papillon	Tous	Eliminatoire	11 +	0:04	2 Séries	8
18:16	3.	50m Dos	Tous	Eliminatoire	11 +	0:15	9 Séries	51
18:31	4.	200m Brasse	Tous	Finale directe	11 +	0:16	4 Séries	20
18:47	5.	50m Libre	Tous	Eliminatoire	11 +	0:17	14 Séries	84
19:04	101.	4 x 50m Libre	Tous	Finale directe	11 +	0:06	2 Séries	9
19:10	Fin de session				Durée totale	1:40		

Horaire session n° 2 - Samedi AM

2024-11-02 - 8:30

Echauffement: de 7:30

8:30	6.	100m Brasse	Tous	Eliminatoire	11 +	0:26	10 Séries	56
8:56	7.	100m Dos	Tous	Eliminatoire	11 +	0:31	12 Séries	71
9:27	8.	50m Papillon	Tous	Eliminatoire	11 +	0:15	11 Séries	63
9:42	9.	200m 4 nages	Tous	Eliminatoire	11 +	0:26	6 Séries	32
10:08	10.	400m Libre	Tous	Finale directe	11 +	0:41	6 Séries	33
10:49	Fin de session				Durée totale	2:19		

Horaire session n° 3 - Samedi PM

2024-11-02 - 17:00

Echauffement: de 16:00

17:00	1.	200m Libre	Tous	Finale	11 +	0:24	6 Séries	-
17:24	2.	100m Papillon	Tous	Finale	11 +	0:10	6 Séries	-
17:34	3.	50m Dos	Tous	Finale	11 +	0:10	6 Séries	-
17:44	6.	100m Brasse	Tous	Finale	11 +	0:17	6 Séries	-
18:01	5.	50m Libre	Tous	Finale	11 +	0:09	6 Séries	-
18:10	102.	4 x 50m 4 nages	Tous	Finale directe	11 +	0:03	1 Série	5
18:13	Fin de session				Durée totale	1:13		

Horaire session n° 4 - Dimanche AM

2024-11-03 - 8:30

Echauffement: de 7:30

8:30	11.	50m Brasse	Tous	Eliminatoire	11 +	0:21	14 Séries	79
8:51	12.	100m Libre	Tous	Eliminatoire	11 +	0:33	15 Séries	85
9:24	13.	200m Dos	Tous	Finale directe	11 +	0:16	4 Séries	21
9:40	14.	200m Papillon	Tous	Finale directe	11 +	0:04	1 Série	2
9:44	15.	400m 4 nages	Tous	Finale directe	11 +	0:14	2 Séries	12
9:58	Fin de session				Durée totale	1:28		

Horaire session n° 5 - Dimance PM

2024-11-03 - 17:00

Echauffement: de 16:00

17:00	7.	100m Dos	Tous	Finale	11 +	0:17	6 Séries	-
17:17	8.	50m Papillon	Tous	Finale	11 +	0:08	6 Séries	-
17:25	11.	50m Brasse	Tous	Finale	11 +	0:10	6 Séries	-
17:35	9.	200m 4 nages	Tous	Finale	11 +	0:26	6 Séries	-
18:01	12.	100m Libre	Tous	Finale	11 +	0:15	6 Séries	-
18:16	Fin de session				Durée totale	1:16		