



INVITATION RÉGIONALE ANLSL #5 15-16 Mars 2025

DATE LIMITE D'INSCRIPTION
3 MARS / MARCH 3
ENTRY DEADLINE

DATE ET LIEU

Centre Aquatique de Dollard-des-Ormeaux
12 001 boul. de Salaberry
Dollard-des-Ormeaux (Québec)
H9B 2A7

Samedi & dimanche, le 15 - 16 mars, 2025

HORAIRE

Trois sessions

Session 1: Samedi matin (10 - 12 ans)

- Échauffement: 7h
- Début de la rencontre : 8h

Session 2: Samedi après-midi (9 ans et moins) **(*changement)**

- **Échauffement: 12h15 ***
- **Début de la rencontre : 13h15 ***

Session 3 : Dimanche matin (10 - 12 ans)

- Échauffement : 9h
- Début de la rencontre : 10h

COMITÉ ORGANISATEUR

Directeurs de rencontre:

Marlina Pietracupa & Lucia Griffin,
directeurencontre@ddoswim.com

Inscriptions:

Haiyan Zhang, inscriptions@ddoswim.com

Responsable des officiels:

Chelsea Cleary, officiels@ddoswim.com

DATE AND LOCATION

Centre Aquatique de Dollard-des-Ormeaux
12 001 boul. de Salaberry
Dollard-des-Ormeaux, Québec
H9B 2A7

Saturday & Sunday, March 15th - 16th, 2025

SCHEDULE

Three sessions

Session 1: Saturday AM (10 - 12 year olds)

- Warm up: 7:00 am
- Meet start: 8:00 am

Session 2: Saturday PM (9 and under) **(*changed)**

- **Warm up: 12:15pm ***
- **Meet start: 1:15pm ***

Session 3: Sunday AM (10 - 12 year olds)

- Warm up: 9:00 am
- Meet start: 10:00 am

ORGANIZING COMMITTEE

Meet Managers:

Marlina Pietracupa & Lucia Griffin, meetmanager@ddoswim.com

Entries:

Haiyan Zhang, entries@ddoswim.com

Officials Coordinator:

Chelsea Cleary, officiels@ddoswim.com





INSTALLATIONS

Deux bassins de 25 mètres | six (6) couloirs
Système électronique Colorado avec un tableau d'affichage pour chaque bassin.

RÈGLEMENTS

Les règlements de Natation Canada et ceux de la FNQ seront en vigueur, incluant le Règlement de sécurité de la natation en bassin.

Les départs se feront à partir des plots de départ selon World Aquatics, Partie Deux, Articles 4.1 et 16.1.4

Durant la compétition, les procédures de sécurité pour l'échauffement en compétition de Natation Canada seront en vigueur, un nageur fautif pourrait être pénalisé et ne pas participer à sa première épreuve de la session. Voir les procédures en cliquant sur le lien suivant (FR) : Procédures de sécurité pour l'échauffement en compétition (Natation Canada).

ADMISSIBILITÉ DES NAGEURS & CATÉGORIES D'ÂGE

Chaque club participant à une compétition doit être membre en règle de la FNQ et conforme selon la Politique d'adhésion et d'affiliation des membres.

Tous les nageurs doivent être inscrits comme membres compétitifs à la Fédération de Natation du Québec et avoir complété l'affiliation sur la plateforme de Natation Canada.

La compétition est offerte aux nageurs/nageuses de 12 ans et moins de la Région du Lac St-Louis:

Garçons & Filles Événements individuels: 8 et moins, 9, 10, 11, 12

L'âge du nageur est déterminé le 15 mars 2025.

FACILITIES

Two 25-meter pools | six (6) lanes
Colorado electronic timing system with a display board for each pool.

RULES

Swimming Canada and FNQ rules will apply, including the Safety Rules for Pool Swimming.

Starts will be conducted from Starting Platforms (blocks) as per World Aquatics, Part Two Articles 4.1 and 16.1.4.

During the competition, Swimming Canada's Competition warm-up safety procedures will be in effect. A swimmer at fault could be penalized and not participate in his first event of the session. See the procedures by clicking on the following link (EN):

[Competition Warm-Up Safety Procedures \(Swimming Canada\).](#)

SWIMMERS ELIGIBILITY & AGE CATEGORIES

Each club participating in a competition must be a member in good standing of the FNQ and compliant to la Politique d'adhésion et d'affiliation des membres.

All swimmers must be registered as competitive members of the Fédération de Natation du Québec and have completed the affiliation process on the Swimming Canada platform.

The competition is open to swimmers aged 12 and under from the Lac St-Louis region:

Boys & Girls, Individual events: 8 & under, 9, 10, 11, 12

The swimmer's age will be determined as of March 15th, 2025.





DÉROULEMENT DE LA COMPÉTITION

Toutes les épreuves seront nagés du plus lent au plus rapide.
Toutes les épreuves sont finales par le temps.
Les nageurs seront jugés avec les processus de disqualification normale.

RÉSULTATS & RÉCOMPENSES

Les résultats de la rencontre seront disponibles sur le site SPLASHME et de Natation Canada

Des rubans de classement seront attribués aux trois premières positions de chaque catégorie d'âge pour chacune des épreuves individuelles.

Chaque club recevra un paquet de rubans une fois que tous les résultats auront été confirmés.

COMPÉTITION À DEUX BASSINS

En raison du nombre de nageurs, voici comment les bassins seront divisés :

- Garçons 10-12 ans :
Peu profond Samedi / Partie Profonde Dimanche
- Filles 10-12 ans :
Partie profonde Samedi / Partie Peu Profond Dimanche
- 9 ans et moins mixed : Partie profonde

DEMANDE DE TEMPS DE PASSAGE OFFICIEL & CONVERSION DES TEMPS

Les forfaits devront être remis au bureau de l'administration au plus tard 30 minutes avant le début de la rencontre. Les temps de passage officiel doivent être demandés avant le début de l'épreuve au bureau de l'administration

Aucune conversion de temps pour cette compétition.

DURING THE COMPETITION

All events are swum from slowest to fastest. All events are timed finals. Swimmers will be judged using proper disqualification procedures.

RESULTS & AWARDS

Meet results will be available on the SPLASHME and Swimming Canada websites

Ribbons will be awarded to the first three positions in each age category for each individual event.

Each club will receive a ribbon package after all results have been confirmed.

2 POOLS

Due to the number of swimmers, this is how the pools will be divided:

- 10-12 Boys :
Shallow end Saturday / Deep-end Sunday
- 10-12 Girls :
Deep end Saturday / Shallow end Sunday
- 9 and under mixed: Deep end

OFFICIAL SPLIT TIME REQUESTS & CONVERSION OF ENTRY TIMES

Scratches must be given to the Admin Desk no later than 30 minutes before the start of the meet. Official split requests must be given to the Admin Desk before the beginning of the event.

There will be no time conversion for this competition.





INSCRIPTIONS

Tous les nageurs inscrits à cette compétition peuvent participer à un maximum de trois (3) épreuves individuelles lors de chaque session.

Les inscriptions devront être déposées par courriel à inscriptions@ddoswim.com au plus tard le **3 mars 2025 à 23h59**.

FRAIS DE RENCONTRE (NON-REMBOURSABLES)

Les frais d'inscriptions sont de 20,00 \$ par nageur (incluant 6,33 \$ pour FNQ et 7,00 \$ pour ANLSL)
+10,00 \$ par épreuve.

Votre chèque à l'ordre du CLUB DE NATATION DDO doit être remis au bureau administratif avant le 1er départ de la compétition.

Une confirmation d'inscription vous sera envoyée par courriel aussitôt que possible.

Il est de la responsabilité du club de vérifier la validité des données avant de déposer les inscriptions en ligne.

Les inscriptions sans temps (NT) ne seront pas acceptées. Veuillez fournir votre meilleure estimation de temps pour les nageurs qui n'ont pas encore nagé une épreuve.

INSCRIPTION TARDIVE - Après le 3 mars

Il sera possible d'apporter des changements à un nageur existant après la date limite des inscriptions jusqu'au 7 mars 2025 à 23h59 si le nombre maximum d'inscriptions n'est pas atteint ou si un changement est requis par le comité d'organisation.

Toute inscription faite après la date limite sera considérée une inscription tardive. L'entrée sera acceptée si un couloir est disponible. Des nouvelles séries ne seront pas ajoutées pour des inscriptions tardives.

Si accepté, des frais d'inscriptions seront facturés au double du tarif régulier et ajoutés au montant total chargé par le club. Si l'ajout d'un nageur est fait la journée de la compétition, le club devra prévoir de l'argent comptant pour les frais de double du tarif régulier pour les inscriptions sur place au début de la session.

ENTRIES

All swimmers enrolled in the competition can participate in a maximum of three (3) individual events per session.

Entries must be submitted by email to entries@ddoswim.com at the latest **March 3rd, 2025 at 11h59 pm**.

MEET FEES (NON-REFUNDABLE)

Meet global fees are 20,00 \$ per swimmer (which includes 6,33 \$ for FNQ and 7,00 \$ to ANLSL)
+ \$10,00 \$ per event.

Your cheque made payable to DDO SWIM CLUB, must be submitted to the administration desk before the start of the meet.

You will receive an e-mail with your confirmation of entries as soon as possible.

It is the responsibility of the club to verify the validity of the data before submitting the registrations online.

Entries indicated as « No Time » will not be accepted. Since all swimmers must have a time, please provide your best time estimate for swimmers who have not yet swam an event.

LATE REGISTRATION - after March 3rd

It will be possible to make changes to existing swimmers after the registration deadline until March 7th, 2025 at 11:59 pm if the maximum number of registrations is not reached or if required by the organizing committee.

All entries after the deadline will be considered "Deck Entries", if and only if, there is an empty lane. No additional heats will be created for late deck entries.

If accepted, deck entries will be charged at double the regular rate to be paid at the beginning of the session by the club. If a club is adding a swimmer on the day of the meet, the club is expected to pay the cash fee of double the regular rate to be paid at the beginning of the session to the administration desk.





LISTE D'ÉPREUVES | EVENT LIST

SESSION 1 (10-12 ans) Samedi matin Saturday AM	SESSION 2 (9 ans et moins) Samedi après-midi Saturday PM	SESSION 3 (10-12 ans) Dimanche matin Sunday AM
200m QNI / IM * (4:00) 50m Papillon / Butterfly 100m Libre / Free 100m Brasse / Breaststroke 100m Dos / Backstroke 400m QNI / IM * (8:00)	200m Libre / Free * (4:00) 50m Brasse / Breaststroke 100m Papillon / Butterfly 50m Libre / Free 100m Dos / Backstroke 50m Papillon / Fly 100m Brasse / Breaststroke 100m QNI / IM * (2:20) 200m QNI / IM * (4:00) 50m Dos / Backstroke 100m Libre / Free	200m Libre / Free * (4:00) 50m Brasse / Breaststroke 200m Dos / Backstroke * (4:00) 50m Libre / Free 200m Brasse / Breaststroke * (4:20) 50m Dos / Backstroke 100m QNI / IM * (2:20)

*** RESTRICTIONS DE TEMPS POUR LES ÉPREUVES**

Pour inscrire un(e) nageur(se) aux épreuves plus longues, ceux-ci doivent pouvoir réaliser un temps plus rapide que celui indiqué en gras dans la liste des épreuves. Les entraîneurs devraient d'abord essayer ces épreuves à l'entraînement pour s'assurer que les nageurs peuvent faire ces temps lors de la compétition.

*** RESTRICTIONS DU NOMBRE D'ÉPREUVES 200m et 400m**

Un nageur peut-être seulement inscrit au 200 Q.N.I. ou au 400 Q.N.I., mais ne peut être inscrit aux deux. Pour ne pas dépasser le temps alloué pour la durée de la session, le comité d'organisation se garde le droit de limiter le nombre d'épreuves 200m+ par nageur. Ces corrections seront communiqués avant la date du 7 mars aux clubs respectifs.

PÉRIODE D'ÉCHAUFFEMENT

L'heure du début du réchauffement et du début de la rencontre de chacune des sessions sera confirmée dans le bulletin technique.

CHANGEMENTS D'HORAIRE

Nous réservons le droit de modifier le nombre de sessions et/ou des groupes d'âge selon les inscriptions reçues. L'horaire final sera précisé dans le bulletin technique.

*** TIME RESTRICTION FOR LONGER EVENTS**

To register a swimmer in longer distance events, they must swim a faster time than indicated in bold in the list of events. Coaches should first try these events during training to ensure that swimmers can achieve these times in competition.

*** LIMITING NUMBER OF 200m and 400m events**

Each swimmer may only be entered in either the 200 IM or the 400 IM event but not both. To help manage the session duration, the organizing committee reserves the right to limit the number of 200m+ events per swimmer. These changes will be communicated to any concerned club before March 7th.

WARMUP PERIOD

The time for the warm-up and the first heat of each session will be confirmed in the technical bulletin.

SCHEDULING CHANGES

We reserve the right to modify the number of sessions and/or age groupings based on entries received. The final schedule will be confirmed in the technical bulletin.



SPECTATEURS

En raison de l'espace limité à la piscine de DDO et du grand nombre de nageurs attendus pour cette compétition, les équipes de natation participantes se verront attribuer des sections des gradins, ce qui réduira l'espace disponible pour les spectateurs. Par conséquent, nous recommandons de réduire le nombre de spectateurs (1) par famille.

Nous travaillons à mettre en place un flux en direct de la compétition. Dans ce cas, le lien sera fourni à l'approche de la date, et un auditorium au centre civique de DDO avec un grand écran sera disponible pour que tous puissent regarder la compétition dimanche. Ceci EST À CONFIRMER.

MESURES D'ADAPTATION POUR LES NAGEURS

S/sourds et les Cette compétition prévoit les mesures d'adaptation suivantes pour les nageurs S/sourds et malentendants

Identifiez ce qui s'applique à votre compétition :

1. Instruction non verbale assurée par une *personne de confiance
2. Une lumière stroboscopique

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.

*Notez que la personne de soutien doit avoir un statut « Enregistré » en tant que personnel de soutien avec Natation Canada, sinon son accès sera refusé.

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, le personnel de soutien de l'équipe 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 blocs de départ pendant les départs en entraînement ou en compétition, ou dans les vestiaires, les salles de bain ou toute autre zone d'habillage.

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 Fédération de natation du Québec. 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 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.

SPECTATORS

Due to limited space at DDO pool and large number of swimmers expected to compete at this meet, participating swim teams will be allocated sections of the bleachers, limiting the space available for spectators. Therefore, we highly recommend reducing the number of spectators (1) per family.

We are working on providing a live stream of the meet. In this case, the link will be provided closer to the date plus an auditorium at DDO Civic center with a large screen will be available for anyone to watch the meet on Sunday. This is TO BE CONFIRMED.

D/DEAF AND HARD OF HEARING ACCOMMODATION

This competition can provide the following accommodations for swimmers who are d/Deaf and Hard of hearing:

Please identify the applicable for this competition:

1. non-verbal instruction provided by a trusted person
2. Visual Start Strobe

Clubs are to contact Meet Management by the Entry Deadline of the need for accommodations. Support Staff must be included in the submission of entries process.

*Note that the support person must have "Registered" status as a support staff member with Swimming Canada, otherwise their access will be denied.

PHOTOGRAPHY/VIDEOGRAPHY

In order to minimize risk, all photos and videos taken during FNQ-sanctioned competitions, whether taken by a professional photographer or videographer, a spectator, team support staff 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 changing rooms, bathrooms or any other dressing area.

SWIMWEAR

All athletes are allowed to swim in the swimsuit of their choice at all competitions sanctioned by the Fédération de natation du Québec. The choice of swimsuit shall not be declared to the referee if the swimsuit fabric is a permeable open mesh textile and is not reasonably considered to create a technical advantage in terms of speed, buoyancy or endurance.



ADMISSIBILITÉ DES ENTRAÎNEURS

Chaque entraîneur participant à une compétition doit être membre en règle de la FNQ.

Tous les entraîneur(e)s doivent se conformer au Règlement de sécurité de la natation en bassin de la FNQ

Afin de pouvoir participer à des compétitions sanctionnées de type Intraclub et régionale, l'entraîneur(e) d'un club québécois doit avoir minimalement obtenu le statut « formé » du sport communautaire*

Chaque club devra obligatoirement avoir un(e) entraîneur(e) exclusivement dédié(e) à sa fonction d'entraîneur(e) durant une compétition. Un(e) entraîneur(e) ne pourra donc pas compétitionner si celui-ci (celle-ci) est le (la) seul(e) entraîneur(e) présent(e) de son club.

Mesures d'exception applicable pour les nouveaux entraîneurs :
Règlement de sécurité de la natation en bassin
*Pour être seul(e) présent(e) en compétition, l'entraîneur(e) doit minimalement avoir obtenu le statut « certifié » du PNCE 101

OFFICIELS ET BÉNÉVOLES

Nous comptons sur la participation de tous les clubs pour soumettre suffisamment d'officiels et de bénévoles pour cette compétition.

Veuillez soumettre votre liste d'officiels avant le 8 mars 2025 au responsable des officiels.

Si vous êtes intéressés à aider comme officiel ou bénévole, il suffit de signifier votre intérêt en complétant le formulaire suivant

Officiels et bénévoles

<https://forms.gle/5Nh xv7m321zU6BjH9>

COACHES ELIGIBILITY

Each coach participating in a competition must be a member in good standing of the FNQ.

All coaches must comply with the FNQ Pool Swimming Safety Regulations

In order to be able to participate in sanctioned Intraclub and regional competitions, the coach of a Quebec club must have at least obtained the "trained" status of community sport*

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 or she is the only coach present from his or her club.

Exception measures applicable for new coaches: Pool swimming safety regulations

*To be present alone in competition, the coach must at least have obtained the "certified" status of the NCCP 101

OFFICIALS AND VOLUNTEERS

We are counting on the participation of all clubs to provide sufficient officials /volunteers for this competition.

Please submit your list of officials by: March 8th, 2025 to the Officials' Coordinator.

If you are interested in helping as an official or volunteer, simply indicate your interest by completing the following form.

Officials and volunteers

<https://forms.gle/5Nh xv7m321zU6BjH9>

