



Invitation

Brise-Glace

11 ans et plus

18-19 octobre 2025
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 Baïliche
Betty Ni
meetmanagers.cnsl@gmail.com

Responsable des inscriptions

Wendy Chen
inscriptions.cnsl@gmail.com

Juge-Arbitre

Jason Martin (niveau 3)

Responsable des officiels

Marie-Claude Racine
Ayham Howly
officiels.cnsl@gmail.com



Renseignements généraux / General Informations

Type d'invitation La compétition "Invitation Brise-Glace" est une invitation provinciale sanctionnée par la Fédération de natation du Québec (FNQ) comprenant 2 sessions. La compétition s'adresse aux nageurs de 11 ans et plus. Les directrices de rencontre se réservent 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 » Les nageurs n'ont pas besoin de temps de qualification. Pour toutes les informations sur la compétition, consulter la page suivante: https://www.itemface.com/item/4T2YVQ4VPAL16ULX?l=fr	Type of invitation The competition "Invitation Brise-Glace" is a provincial invitation sanctioned by the Fédération de natation du Québec (FNQ) holding 2 sessions. The competition is open to swimmers 11 years and older. The Meet Managers reserve the right to limit registrations to 330 swimmers for the Saturday and Sunday sessions, all on a "first come, first served" basis. Swimmers do not need time qualification. For all the information on the competition, please see the following webpage: https://www.itemface.com/item/4T2YVQ4VPAL16ULX?l=en
Format Le format est une finale directe en bassin de 25m.	Format Direct finals in a 25m pool.
Dates et heures Samedi 18 octobre Échauffement : 12h30 Début de la rencontre : 13h30 Dimanche 19 octobre Échauffement : 12h30 Début de la rencontre : 13h30 Date limite d'inscription mercredi 8 octobre 2025 à 23h59.	Dates & times Saturday October 18 Warm up: 12:30PM Start: 1:30PM Sunday October 19 Warm up: 12:30PM Start: 1:30PM Registration deadline Wednesday, 8 October, 2025 at 11:59 pm

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.

Autres informations

Tous les nageurs et nageuses 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 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.

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.

Tous les détails de la procédure relative à la photographie et à la vidéographie sont disponibles [ICI](#)

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.

More information

All swimmers are authorized to swim in the swimsuit of their choice during all competitions sanctioned by the FNQ. It is not necessary to declare the swimsuit choice 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.

Photography/videography

In order to minimize risks, 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 respect 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 locker rooms, bathrooms or any other dressing area.

Full details of the photography and videography procedure are available [HERE](#)

Compétition / Meet

Règlements 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. Les départs se feront à partir des plots de départ selon FINA FR 2.3 et SW 4.1. 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.	Rules 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". Starts will be from the starting block according to FINA FR 2.3 and SW 4.1. 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.
Admissibilité des clubs Chaque club participant à la compétition devra être membre en règle de la FNQ ou de sa propre fédération.	Clubs Eligibility Each club participating in the competition must be a member in good standing of the FNQ or their respective provincial or national federation.
Admissibilité des entraîneurs (es) • Chaque entraîneur(e) participant(e) à une compétition doit être membre en règle de la FNQ ou de sa propre fédération (hors Québec). • Chaque club devra obligatoirement avoir un (e) entraîneur(e) exclusivement dédié à sa fonction d'entraîneur durant une compétition. • Afin d'être le(a) seul(e) entraîneur(e) présent(e) de son club en compétition, elle ou il devra obligatoirement détenir une certification du PNCE. Il est important de se référer au Règlement de sécurité de la natation en bassin de la FNQ afin de connaître les détails des prérequis.	Coaches Eligibility • Each coach participating in a competition must be a member in good standing of the FNQ or his /her own or national federation. • Each club must have a coach exclusively dedicated to his coaching function during a competition. • In order to be the only coach present from his or her club in competition, he or she must hold at least NCCP certification. • It is important to refer to the FNQ Pool Swimming Safety Regulations HERE to find out the details of the prerequisites

- La conformité des entraîneurs (es) en compétitions devra respecter La politique d'adhésion et d'affiliation des membres Admissibilité des nageurs - 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. - Un nageur ayant le statut « confirmer compte » ne n'a pas une inscription conforme dans le système d'inscriptions en ligne de Natation Canada.	- The compliance of coaches in competitions must respect The membership and affiliation policy of members Swimmers Eligibility - 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. - A swimmer with “confirm account” status is not a registered swimmer in the Swimming Canada database.
Catégories d'âge 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 samedi 18 octobre 2025, soit la première journée des compétitions.	Age Categories 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 Saturday, October 18, 2025, which is the first day of the competitions.
Temps de qualification et nombre d'épreuves - Aucun temps de qualification requis. - Les nageurs ont la possibilité de nager un maximum de 4 épreuves par session	Qualifying Times & Number of Events - No time qualification required. - Swimmers have the option to swim a maximum of 4 events per session.
Déroulement de la compétition Les épreuves seront nagées du plus lent au plus rapide.	Progress of the competition: The events will be swum from slowest to fastest.

Inscriptions - Frais - Dates limites

Mercredi 8 octobre 2025 à 23h59

- 6.96\$ + taxes = 8.01\$ de frais fixes de participation par nageur retourné à la FNQ
- 10\$ par épreuve

Les frais d'inscription sont non remboursables.

Paielement

Par virement Interac

(avant le mercredi 15 octobre 2025)

Au courriel: communication.cnsl@gmail.com

Question: Quel est le nom du club hôte?

Réponse: CNSL

Commentaire: SVP indiquer le nom de votre club.

Par chèque

Votre chèque libellé à l'ordre de *Club de Natation de Saint-Laurent* doit être remis au Bureau de l'administration (anciennement Commis de course) avant le 1^{er} départ de votre session.

Mesures d'adaptation pour les nageurs S/sourds et les malentendants

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.

Veuillez vous référer aux informations disponibles [ICI](#)

Entries - Fees - Deadlines

Wednesday October 8, 2025 at 11:59 pm

- \$6.96 + taxes = \$8.01 fixed participation fee per swimmer returned to the FNQ
- \$10 per event

Registration fees are non-refundable.

Payment

By e-transfer

(before Wednesday October 15, 2025)

Email: communication.cnsl@gmail.com

Question: What's the name of the hosting club?

Answer: CNSL

Notes: Please mention the name of your club.

By cheque

Your cheque made payable to *Club de Natation de Saint-Laurent* must be submitted to the Administration Desk (previously Clerk of course) before the first start of your session.

Accommodations for Deaf and Hard of Hearing Swimmers

Clubs must notify the meet director of their accommodation needs before the registration deadline. Support staff must be included in the registration file.

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

Please refer to the available information [HERE](#).

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 \$. Passé ce délai, la pénalité passera à 100\$.
- 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.

Un club en défaut de paiement des pénalités 120 jours après la date de facturation, pourra se voir suspendu de tous ses droits et privilèges de membre en règle.

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. After this period, the penalty will increase to \$100.
- 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.

A club in default of payment of penalties 120 days after the invoice date may be suspended from all its rights and privileges as a member in good standing

Procédures d'inscription

- Les inscriptions devront être soumises par le biais du système d'inscription en ligne de Natation Canada au plus tard le **mercredi 8 octobre 2025 à 23h59**.
- Il est de la responsabilité du club de vérifier la validité des données avant de déposer les inscriptions en ligne.

Entry procedures

- Entries must be submitted through the Natation Canada registration system by **Wednesday, 8 October, 2025 at 11:59 pm** at the latest.
- It is the club's responsibility to verify the validity of the data before submitting online entries.

Changements aux inscriptions Les entraîneurs peuvent modifier les choix de nage des nageurs entre le 9 octobre et le 12 octobre avant minuit. Aucun changement ne sera accepté à compter du 13 octobre 2025.	Modifications of Entries Coaches can modify swim choices of swimmers between October 9 and 12 at midnight. No changes will be accepted as of October 13, 2025.
Inscriptions tardives • Les nageurs ajoutés après le 13 octobre 2025 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 13 octobre 2025. • 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 13th, 2025 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 13th. • 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

Temps de passage 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.	Official Times Requests for an official time must be made to the Administration Desk, at least 30 minutes before the session.
Période de forfaits Les forfaits devront être faits au plus tard 30 minutes avant le début de la session.	Scratches Scratches must be made no later than 30 minutes before the start of the session.
Résultats Les résultats de la rencontre seront disponibles sur les sites SPLASHME	Results Results of the meet will be available on SPLASHME

Programme / Program

Session 1

Samedi 18 octobre / Saturday October 18
Échauffement : 12h30_12:30pm - Début : 13h30_13:30pm

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

Session 2

Dimanche 19 octobre / Sunday October 19
Échauffement : 12h30_12:00pm - Début : 13h30_13:00pm

F / W	Dimanche Préliminaire	H / M
11	200m QNI / Medley	12
13	50m Libre / Free	14
15	100m Brasse / Breaststroke	16
17	50m Dos / Backstroke	18
19	100m Libre / Free	20

Notes : Maximum de 4 épreuves par jour/nageur le samedi et le dimanche

Officiels / Officials

Officiels et bénévoles

Nous comptons sur la participation de tous les clubs pour fournir des officiels en nombre suffisant pour cette compétition.

Les inscriptions des officiels et bénévoles sont disponibles en ligne par ce lien [Inscription des officiels et bénévoles](#) jusqu'au Lundi 13 octobre, 2025 ou jusqu'à pleine capacité.

Officials and volunteers

We hope for the participating clubs to provide a sufficient number of officials and volunteers for the competition.

Registration for officials and volunteers is available online at this link [Officials and volunteers registration](#) until Monday 13, 2025 or until the needs are met.

Parents / Parents

Stationnement

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 Boisé, sur le boulevard Thimens ou dans les rues résidentielles avoisinantes.

Parking

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 Boisé, on Thimens Boulevard or at residential streets nearby.

Spectateurs

Aucun parent n'est autorisé sur le bord de la piscine pendant la compétition. Vous pouvez suivre la compétition à partir des estrades du 2^{ème} étage.

Spectators

No parents are allowed in the pool during the competition. You can see the swimmers from the 2nd floor bleachers.

Au plaisir de vous accueillir et bonne compétition !!