

Invitation CSLA

12 ans et moins + distances ouvertes

CÉLÉBRATION DU NOUVEL AN

CSLA Invitation

12 years and under + open distances

NEW YEAR CELEBRATION

Sanction: TBD

Organisé par :

Côte Saint-Luc Aquatics (CSLA)

swimteamcotesaintlucaquatics.com



Samedi 17 janvier et dimanche 18 janvier 2026
Saturday January 17 and Sunday January 18, 2026

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX | GENERAL INFORMATION

DATES ET HEURE	DATES AND TIME
Session 1 : 17 janvier 2026 – AM 12 et moins	Session 1: January 17, 2026 – AM 12 and under
Session 2 : 18 janvier 2026 – AM 12 et moins	Session 2: January 18, 2026 – AM 12 and under
Session 3: 18 janvier, 2026 – PM ouverte	Session 3: January 18, 2026 – PM Open
<ul style="list-style-type: none"> Nous réservons le droit de modifier le nombre de sessions et/ou des groupes d'âges selon le nombre d'inscriptions. L'horaire final sera précisé dans le bulletin technique. 	<ul style="list-style-type: none"> 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.
LIEU	LOCATION
Centre communautaire et aquatique de Côte Saint-Luc (CCA) 5794 av. Parkhaven, Côte Saint Luc, QC H4W 1Z4 Tel.: 514-485-6806 Google map link	Côte Saint-Luc Aquatics and Community Centre (ACC) 5794 av. Parkhaven, Côte Saint Luc, QC H4W 1Z4 Tel.: 514-485-6806 Google map link
DIRECTEUR DE RENCONTRE	MEET MANAGER
Carl Tassé meetmanager.csla@gmail.com	Carl Tassé meetmanager.csla@gmail.com
JUGE(S) ARBITRE	REFEREE(S)
TBD (niveau 3)	TBD (level 3)
RESPONSABLES DES INSCRIPTIONS	ENTRIES
Jonathan Halliday jhalliday@cotesaintluc.org	Jonathan Halliday jhalliday@cotesaintluc.org
RESPONSABLES DES OFFICIELS	OFFICIALS
Carl Tassé officiels.csla@gmail.com Formulaire d'inscription pour officiels: swimteamcotesaintlucaquatics.com/officiels	Carl Tassé officiels.csla@gmail.com Officials' registration form: swimteamcotesaintlucaquatics.com/officiels
SANCTION	SANCTION
Sanctionnée par la Fédération de natation du Québec	Sanctioned by the Fédération de natation du Québec
INSTALLATION	FACILITIES
<ul style="list-style-type: none"> Un (1) bassin de 25 mètres 10 couloirs avec câbles anti-vagues Système chronométrage électronique Daktronics Tableau d'affichage à 10 lignes. Piscine de dénagement (voir page 4) 	<ul style="list-style-type: none"> One (1) 25-meter pool 10 lanes, with anti-wave lane ropes Daktronics electronic system 10-line scoreboard. Swim-down pool (see page 4)
Absolument AUCUNS souliers extérieurs seront tolérés sur le bord de piscine. Des chaussures intérieures sont exigées.	Absolutely NO outdoor shoes will be allowed on the pool deck area. Indoor shoes must be worn.

<p>STATIONNEMENT</p> <p>Étant donné que plusieurs activités se déroulent en même temps pendant la compétition, les espaces suivants sont disponibles pour les participants et spectateurs :</p> <ul style="list-style-type: none">• Les espaces situés directement au CCA (avant de la bâtisse du 5794 Parkhaven)• Les espaces situés en face du CCA.• Les espaces situés derrière l'école située au 5785 Parkhaven.• Si vous stationnez dans les rues avoisinantes, SVP porter une attention particulière aux interdictions notées sur les pancartes. Le club et la ville ne peuvent être tenus responsable des contraventions ou amendes.	<p>PARKING</p> <p>As several activities take place at the same time during the competition, the following spaces are available for participants and spectators:</p> <ul style="list-style-type: none">• Spaces located directly at the ACC (front of the building at 5794 Parkhaven)• Spaces in front of the ACC.• Spaces behind the school at 5785 Parkhaven.• If you park in the surrounding streets, please pay particular attention to the prohibitions noted on the signs. The club and the city are not held responsible for any tickets or fines.
---	--

DATES LIMITES | DEADLINES

MERCREDI 7 JANVIER À 23h59 | WEDNESDAY JANUARY 7 AT 11:59pm

Inscription des nageurs | Swimmer registration

DIMANCHE 11 JANVIER À 23:59 | SUNDAY JANUARY 11 AT 11:59pm

Date limite pour modification sans frais et inscription des officiels |
Final date for changes and officials' registration

COMPÉTITION | MEET

RÈGLEMENTS	RULES
<ul style="list-style-type: none"> 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 blocs de départ. 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. La piscine récréative sera fermée pour la durée de la compétition. Il sera ouvert uniquement pendant la session 3 (distances) pour échauffement. 	<ul style="list-style-type: none"> Swimming Canada rules and those of the FNQ will govern the meet, including those of the swimming pool security regulations. Starts will be conducted from Starting Platforms. During the competition, Swimming Canada's safety procedures for warm-ups in competition will be in effect. An athlete at fault could be penalized and not participate in his first event of the session. Recreation pool will remain closed for the duration of the competition. The recreation pool will be open only during session 3 (distances) for warmup and cooldown.
ÉLIGIBILITÉS	ELIGIBILITY
<ul style="list-style-type: none"> Chaque club participant à une compétition doit être membre en règle de la FNQ. Tous les nageurs doivent être inscrits comme membres compétitifs à la Fédération de Natation du Québec et avoir complétés l'affiliation sur la plateforme de Natation Canada. La compétition est offerte aux nageurs/nageuses de 12 ans et moins. Priorité pour les clubs de la région Lac St-Louis. Tout club doit réserver leurs places par courriel avec jhalliday@cotesaintluc.org L'âge du nageur est déterminé le 17 janvier 2026. 	<ul style="list-style-type: none"> Each club participating in a competition must be a member in good standing of the FNQ. 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. Priority will be given to clubs from the Lac St-Louis region. All clubs must reserve places by email to jhalliday@cotesaintluc.org The swimmer's age will be determined as of January 17, 2026.
INSCRIPTIONS	REGISTRATION
<ul style="list-style-type: none"> Les nageurs de <u>8 ans et moins et de 9 à 10 ans</u> peuvent participer à un maximum de six (6) épreuves individuelles, avec un maximum de trois (3) par session. Les nageurs de <u>11 à 12 ans</u> peuvent participer à un maximum de sept (7) épreuves individuelles, avec un maximum de trois (3) par session. 	<ul style="list-style-type: none"> <u>8 and under and 9–10-year-old</u> swimmers can participate in a maximum of six (6) individual events, three (3) per session. <u>11–12-year-old</u> swimmers can participate in a maximum of seven (7) individual events, with a maximum of three (3) per session.
Relais :	Relays:
<ul style="list-style-type: none"> Une équipe de relais doit être composée de 4 filles ou de 4 garçons. 	<ul style="list-style-type: none"> A relay team must consist of 4 girls or 4 boys.
FRAIS ET DATES LIMITES	REGISTRATION FEE and DEADLINES
<ul style="list-style-type: none"> Les frais d'inscriptions sont de 8.00 \$ par nageur (frais FNQ taxes inclus) et 12.00\$ par épreuve. 	<ul style="list-style-type: none"> The registration fee is \$8 per swimmer (FNQ fee taxes included) and \$12 per event.

- Un chèque par équipe libellé à l'ordre de **CÔTE SAINT-LUC AQUATICS** doit être remis au bureau d'administration avant le 1^{er} départ de votre session. Le paiement par carte de crédit, carte de débit ou virement Interac doit être communiqué à jhalliday@cotesaintluc.org avant le début de la rencontre.
- Les inscriptions devront être déposées sur le REMS.
- Les modifications sont possibles pour les nageurs inscrits selon les dates limites sur la page 3.
- Il est de la responsabilité de chaque club de vérifier la validité des données et des affiliations avant de déposer les inscriptions.
- **Aucune inscription sans temps (NT) svp.** Si le temps est estimé, veuillez-vous assurer de la validité du temps fourni afin de minimiser les effets sur la durée de la session.

INSCRIPTIONS TARDIVES

- Des nageurs inscrits à partir de la date limite de modification sont considérées comme " tardives ".
- **Aucune nouvelle série sera ajoutée pour les inscriptions tardives.**
- Des frais de 20 \$ par nageur et 12 \$ par épreuve seront facturés et ajoutés au montant total chargé par le club.
- La journée de la compétition, prévoir argent comptant exact.

SESSION DISTANCES

Les nageurs doivent fournir un chronométreur pour chaque épreuve à laquelle ils participent (cela peut être un coéquipier). Idéalement, chaque équipe pourrait fournir un parent par nageur pour chronométrier toute la session.

TEMPS DE PASSAGE OFFICIEL

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 l'épreuve en question.

- One cheque per team made payable to **COTE SAINT-LUC AQUATICS** must be submitted to the Administration Desk before the first start of your session. Payment by credit card, debit card or e-transfer must be communicated to jhalliday@cotesaintluc.org before the start of the meet.
- Entries must be submitted via the REMS.
- Changes are possible for registered swimmers as per the deadline on page 3.
- Each club is responsible for the verification of the validity of the data and swimmer affiliations before submitting entries.
- **Please do not enter any “no time” registration (NT).** If the swimmer's time is estimated, please ensure that the time provided is valid to minimise the effect on the duration of the session.

DECK ENTRIES

- Registration of swimmers after the change deadline are considered "deck entries".
- **No new heat shall be added for deck entries.**
- A fee of \$20.00 per swimmer and \$12.00 per event will be charged and added to the club's total amount due.
- On the day of the meet, expect a cash fee.

DISTANCE SESSION

Swimmers must provide a timer for each event they swim (can be a teammate). Ideally, each team can provide a parent per swimmer to time the entire session.

OFFICIAL SPLIT REQUEST

Official split requests must be submitted to the Administration Desk at the latest 30 minutes before the start of the session in question.

GROUPES D'AGES		AGE GROUPS																									
Les résultats seront classés avec les groupes d'âges suivants :		For results the age groups will be:																									
<table border="1"> <thead> <tr> <th>Femmes</th> <th>Hommes</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>8-</td> <td>8-</td> </tr> <tr> <td>9-10</td> <td>9-10</td> </tr> <tr> <td>11-12</td> <td>11-12</td> </tr> <tr> <td>13-14</td> <td>13-14</td> </tr> <tr> <td>15+</td> <td>15+</td> </tr> </tbody> </table>		Femmes	Hommes	8-	8-	9-10	9-10	11-12	11-12	13-14	13-14	15+	15+	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Women</th> <th>Men</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>8-</td> <td>8-</td> </tr> <tr> <td>9-10</td> <td>9-10</td> </tr> <tr> <td>11-12</td> <td>11-12</td> </tr> <tr> <td>13-14</td> <td>13-14</td> </tr> <tr> <td>15+</td> <td>15+</td> </tr> </tbody> </table>		Women	Men	8-	8-	9-10	9-10	11-12	11-12	13-14	13-14	15+	15+
Femmes	Hommes																										
8-	8-																										
9-10	9-10																										
11-12	11-12																										
13-14	13-14																										
15+	15+																										
Women	Men																										
8-	8-																										
9-10	9-10																										
11-12	11-12																										
13-14	13-14																										
15+	15+																										

FORMAT de la COMPÉTITION / MEET FORMAT

DÉROULEMENT DE LA COMPÉTITION	MEET PROCEDURE
<ul style="list-style-type: none"> Toutes les épreuves se nageront mixte du plus lent au plus rapide. Toutes les épreuves sont finales par le temps. 	<ul style="list-style-type: none"> All events are swum mixed, from slowest to fastest. All events are timed finals.
RELAIS Les modifications pour les relais devront être remises au bureau administratif au plus tard 30 minutes avant le début de la session.	RELAYS Changes to the relays must be submitted to the administration desk no later than 30 minutes before the start of the session.
FORFAITS Les forfaits devront être remis au commis de course pendant l'échauffement au plus tard 30 minutes avant le premier départ.	SCRATCHES A scratch must be submitted to the administrative desk during warm-up, no later than 30 minutes before the first start.
RÉCOMPENSES <ul style="list-style-type: none"> Des rubans de classement seront attribués aux trois premiers nageurs de chaque épreuve pour les groupes d'âges 12 ans et moins incluant les équipes de relais. 	AWARDS <ul style="list-style-type: none"> Placement ribbons will be awarded to the top three swimmers of each event for 12 and under age groups including relay teams.
RÉSULTATS Les résultats de la rencontre seront disponibles sur le site SPLASHME et live.swimrankings.net	RESULTS Meet results will be available on the SPLASHME and live.swimrankings.net

OFFICIELS ET BÉNÉVOLES | OFFICIALS AND VOLUNTEERS

Les inscriptions des officiels et bénévoles sont disponibles ici:

swimteamcotesaintlucaquatics.com/officials

avant vendredi 9 janvier à 23h59.

Registration for officials and volunteers is available here: swimteamcotesaintlucaquatics.com/officials
before Friday, January 9 at 11:59 pm.



PROGRAMME | PROGRAM

Session 1 : 17 janvier 2026 | AM

Échauffement débute à 8h00 | Warm-ups start at 8:00am

#	Épreuve Event
1	200m Libre 200m Freestyle (4:00) *
2	100m Papillon 100m Butterfly
3	50m Dos 50m Backstroke
4	200m Brasse 200m Breast (4:20) *
5	100m Dos 100m Backstroke
6	50m Brasse 50m Breaststroke
7	4 x 50m Libre 4 x 50m Freestyle (Filles / Girls)
8	4 x 50m Libre 4 x 50m Freestyle (Garçons / Boys)

Session 2 : 18 janvier 2026 | AM

Échauffement débute à 8h00 | Warm-ups start at 8:00am

#	Épreuve Event
9	200m QNI 200m IM (4:20) *
10	100m Brasse 100m Breaststroke
11	50m Libre 50m Freestyle
12	200m Dos 200m Backstroke (4:20) *
13	100m Libre 100m Freestyle
14	50m Papillon 50m Butterfly
15	4 x 50m RQN 4 x 50m MR (Filles / Girls)
16	4 x 50m RQN 4 x 50m MR (Garçons / Boys)

Session 3 : 18 janvier 2026 | PM

Distances – ouvert à tous nageurs compétitifs

Échauffement débute à 14h00 | Warm-ups start at 2:00pm

#	Épreuve Event
101	400m Libre 400m Freestyle (7:40) *
102	800m Libre 800m Freestyle
103	1500m Libre 1500m Freestyle
104	400m QNI 400m IM (8:00) *

Toutes les épreuves de distance seront nagées du plus rapide au plus lent.

Les épreuves de 800 m nage libre et 1500 m nage libre se dérouleront en séries alternées.

All distance events will be swum fastest to slowest.
The 800m freestyle and 1500m freestyle will run in alternating heats.

Note: L'horaire est sujet à changement selon les inscriptions reçues

La procédure de sécurité lors des échauffements est en vigueur pendant toute la rencontre.

Note: Schedule is subject to change based on the entries. The warm-up safety rule is in effect during the whole meet.

* 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.

* 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.

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 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

Dans le but de minimiser les risques, toutes les photographies et les vidéos prises lors des compétitions sanctionnées par la FNQ, qu'elles soient prises par un photographe ou vidéographe professionnel, une spectatrice ou un spectateur, un membre du personnel de soutien de l'équipe ou tout autre participante ou participant, devront 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, dans les vestiaires et 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](#).

BANDES ADHÉSIVES

Les bandes adhésives sont autorisées dans toutes les compétitions sanctionnées par la FNQ. À la suite d'une blessure, il est permis d'appliquer une bande adhésive sur un ou deux doigts ou orteils au maximum.

MESURES D'ADAPTATION POUR LES ATHLÈTES S/SOURDS ET LES MALENTENDANTS

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

- Instruction non verbale assurée par une personne de soutien*

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

LES RÈGLEMENTS DE NATATION CANADA ET CEUX DE LA FNQ SERONT EN VIGUEUR

Incluant le [Règlement de sécurité de la natation en bassin](#). 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 se voir interdire de participer à sa première épreuve de la session.

ADMISSIBILITÉ DES CLUBS & ADMISSIBILITÉ DES NAGEUSES ET NAGEURS

Chaque club participant à cette compétition devra être membre en règle de la FNQ ou de sa propre fédération provinciale/nationale. Les nageuses et nageurs devront être inscrits comme membres compétitifs à la FNQ ou à leur propre fédération provinciale/nationale.

ADMISSIBILITÉ DES ENTRAINEURS ET ENTRAINEURES

- Chaque entraîneuse ou entraîneur participant à une compétition devra être membre en règle de la FNQ ou de sa propre fédération provinciale/nationale.
- Afin de pouvoir participer à des compétitions sanctionnées de type régionale, l'entraîneuse ou l'entraîneur d'un club québécois doit avoir minimalement obtenu le statut « formé » du sport communautaire. Afin d'être la seule entraîneuse ou le seul entraîneur présent de son club en compétition, un statut « certifié » du PNCE 101 est requis.



- Chaque club devra obligatoirement avoir une entraîneure ou un entraîneur exclusivement dédié à sa fonction d'entraîneur durant une compétition.