

BULLETIN TECHNIQUE - Invitation CSLA

12 ans et moins + distances ouvertes

CÉLÉBRATION DU NOUVEL AN

TECHNICAL BULLETIN – CSLA Invitation NEW YEAR CELEBRATION

Bulletin Technique / Technical Bulletin Sanction: 61556

V1 – 13 janvier 2026

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.

CSLA Invitation du Nouvel An
Côte Saint-Luc, 17 - 18/1/2026

Horaire session n° 1 - Session 1 - 12 & moins 2026/01/17 - 9:00

Echauffement: 8:00 à 8:50

9:00	1.	200m Libre	Tous	Finale directe	- 12	0:40	9 Séries	82
9:40	2.	100m Papillon	Tous	Finale directe	- 12	0:11	4 Séries	31
9:51	3.	50m Dos	Tous	Finale directe	- 12	0:34	16 Séries	152
10:25	4.	200m Brasse	Tous	Finale directe	- 12	0:10	2 Séries	17
10:35	5.	100m Dos	Tous	Finale directe	- 12	0:32	10 Séries	99
11:07	6.	50m Brasse	Tous	Finale directe	- 12	0:31	15 Séries	148
11:38	7.	4 x 50m Libre	Filles	Finale directe	- 12	0:09	2 Séries	16
11:47	8.	4 x 50m Libre	Garçons	Finale directe	- 12	0:08	2 Séries	11
11:55	Fin de session				Durée totale	2:55		

Horaire session n° 2 - Session 2 - 12 & moins 2026/01/18 - 9:00

Echauffement: 8:00 à 8:50

9:00	9.	200m 4 nages	Tous	Finale directe	- 12	0:28	6 Séries	53
9:28	10.	100m Brasse	Tous	Finale directe	- 12	0:29	9 Séries	89
9:57	11.	50m Libre	Tous	Finale directe	- 12	0:31	18 Séries	174
10:28	12.	200m Dos	Tous	Finale directe	- 12	0:10	2 Séries	12
10:38	13.	100m Libre	Tous	Finale directe	- 12	0:39	14 Séries	134
11:17	14.	50m Papillon	Tous	Finale directe	- 12	0:20	10 Séries	97
11:37	15.	4 x 50m 4 nages	Filles	Finale directe	- 12	0:08	2 Séries	13
11:45	16.	4 x 50m 4 nages	Garçons	Finale directe	- 12	0:08	2 Séries	11
11:53	Fin de session				Durée totale	2:53		

Horaire session n° 3 - Session 3 - Distances Ouvertes 2026/01/18 - 13:40

Echauffement: 12:50 à 13:30

13:40	101.	400m Libre	Tous	Finale directe	gén.	0:33	4 Séries	40
14:13	102.	800m Libre	Tous	Finale directe	gén.	0:42	3 Séries	25
14:55	103.	1500m Libre	Tous	Finale directe	gén.	0:24	1 Série	10
15:19	104.	400m 4 nages	Tous	Finale directe	gén.	0:08	1 Série	3
15:27	Fin de session				Durée totale	1:47		

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX | GENERAL INFORMATION

<p>LIEU</p> <p>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</p>	<p>LOCATION</p> <p>Côte Saint-Luc Aquatics and Community Centre (ACC) 5794 av. Parkhaven, Côte Saint Luc, QC H4W 1Z4 Tel.: 514-485-6806 Google map link</p>
<p>DIRECTEUR DE RENCONTRE Jonathan Halliday jhalliday@cotesaintluc.org</p>	<p>MEET MANAGER Jonathan Halliday jhalliday@cotesaintluc.org</p>
<p>JUGE(S) ARBITRE Philippe Bergeron (niveau 3)</p>	<p>REFEREE(S) Philippe Bergeron (level 3)</p>
<p>RESPONSABLES DES INSCRIPTIONS Jonathan Halliday jhalliday@cotesaintluc.org</p>	<p>ENTRIES Jonathan Halliday jhalliday@cotesaintluc.org</p>
<p>RESPONSABLES DES OFFICIELS Carl Tassé officiels.csла@gmail.com</p>	<p>OFFICIALS Carl Tassé officiels.csла@gmail.com</p>
<p>STATIONNEMENT 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 bâtie 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 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 responsible for any tickets or fines.
<p>Bannières d'équipe et affichage Veuillez noter qu'il est interdit d'utiliser du ruban adhésif ou de type "Duck Tape" pour afficher ou installer les bannières d'équipe. Il sera possible d'accrocher les bannières d'équipe sur le mur du tableau d'affichage.</p>	<p>Team banners and posting Please note that it is strictly forbidden to post any content or banner using adhesive tape or duct tape. You may hang your team banners on the scoreboard wall metal struts.</p>
<p>Respect des lieux Nous comptons sur la collaboration de tous pour garder les lieux propres. Des poubelles et des sacs poubelles seront à votre disposition.</p>	<p>Respecting the facilities We are counting on all participating clubs to keep the premises as clean as possible. Garbage cans and bags will be available.</p>

Seules les chaussures de compétition et sandales sont acceptées sur le bord de la piscine.	Only competition shoes or sandals will be accepted on deck.
Initiative environnementale Dans un effort de minimiser les dommages environnementaux, nous vous demandons d'apporter votre propre bouteille d'eau.	Green Initiative In an effort to reduce our carbon footprint we would ask you to bring your personal water bottle.

Déroulement de la compétition / Meet Information

INSCRIPTIONS TARDIVES <ul style="list-style-type: none"> Les inscriptions tardives seront acceptées <u>au plus tard 30 minutes avant</u> le premier départ de chaque session, avec les informations suivantes: Le nom du nageur/nageuse, la date de naissance, le numéro SNC du nageur/nageuse. Aucune nouvelle série sera ajoutée pour les inscriptions tardives. Des frais de 40.00\$ par nageur et 10.00\$ par épreuve sera requis en argent comptant. 	DECK ENTRIES <ul style="list-style-type: none"> Late or deck entries will be accepted <u>no later than 30 minutes before</u> the start of the first race of each session, with the following information: Swimmer's name, date of birth and SNC number. No new heat shall be added for deck entries. A fee of \$20 per swimmer and 12.00\$ per event will be charged in exact cash.
FORFAITS Si un nageur ne peut être présent à une épreuve pour une raison quelconque, il doit en informer le Bureau Administratif au moins 30 minutes avant le début de chaque session.	SCRATCHES If a swimmer cannot be present for an event for any reason, please advise the Administration Desk at least 30 minutes before the start of each session.
RENCONTRE DES ENTRAÎNEURS La réunion des entraîneurs se tiendra au bureau de l'administration au bord de la piscine 15 minutes avant le début de chaque échauffement. Un entraîneur par club doit être présent à cette réunion. - Session 1 : 8h25	COACHES MEETING The coaches meeting will be held at the Administration Desk on pool deck 15 minutes before the start of session 1. Please have one coach per team present at this meeting. - Session 1 : 8h25
PÉRIODE DE MODIFICATION POUR LES RELAIS Tous les formulaires de relais doivent être remplis et remis au bureau d'administration 30 minutes avant le début de chaque session. Les équipes de relais doivent être composées par sexe suivant le groupe d'âge de la session. Des relais peuvent être ajoutés aux épreuves ayant des couloirs vides. Les clubs qui n'ont pas d'équipe de relais pour ce sexe et cette catégorie d'âge auront priorité.	MODIFICATION PERIOD FOR RELAYS All relay forms must be filled and returned to the administration desk 30 minutes before the start of each session. Relay teams must be by gender by age group (exhibition allowed). Relays can be added to events with empty lanes. Clubs with no relay teams for that gender and age group will have priority.

TEMPS DE PASSAGE OFFICIEL Les demandes de temps de passage officiel devront être faites au plus tard au début de la session où se nage l'épreuve en question. Un chronométreur supplémentaire doit être fourni par le nageur.	OFFICIAL SPLIT TIME (800 & 1500) Request for official split time must be made at the administration desk not later than the start of the session in which the event will be swum. An additional timer must be provided by the swimmer.
ZONE DE CONTRÔLE Les entraîneurs sont responsables de s'assurer que leurs nageurs se trouvent au bon couloir avant leur course. Des chaises seront fournies derrière chaque couloir. Nous comptons sur les entraîneurs pour amener leurs nageurs à leur couloir au moins trois courses avant l'horaire prévu (pour les nageurs plus jeunes).	MARSHALLING Coaches are responsible for ensuring their swimmers are at the right lane before their heat. Chairs will be provided behind each lane. We are counting on coaches to bring their swimmers to their lane at least 3 heats ahead of schedule (younger swimmers).
RÉSULTATS Les résultats de la compétition seront disponibles sur le site Web CSLA et sur SPLASHME. https://swimteamcotesaintlucaquatics.com/	RESULTS Meet results will be available on the CSLA website and SPLASHME. https://swimteamcotesaintlucaquatics.com/
DISQUALIFICATIONS Les disqualifications seront annoncées par l'annonceur et la raison sera précisée sur SplashMe.	DISQUALIFICATIONS Disqualifications will be announced by the announcer and the reason specified on SplashMe.
ÉCHAUFFEMENTS Les procédures de sécurité pour l'échauffement en compétition de Natation Canada sont en vigueur. Les départs en plongée sont autorisés dans tous les couloirs pendant les 10 dernières minutes de la séance d'échauffement. Durant les plongées les nageurs doivent nagés en sens unique seulement. Le bassin récréatif et aire de jeu demeurera fermée en tout temps durant les sessions 1&2. Le bassin récréatif sera disponible pour échauffement à partir du début de la session 3.	WARMUPS The Swimming Canada competition warm up safety procedures are in effect during the meet. Dive starts will be permitted in all lanes during the last 10 minutes of the respective warm-up session. Swimmers must swim one-way only during dive starts. The recreational pool and beach area will be closed at all times during session 1 & 2. The recreation pool will be available for warmup at the start of session 3.

Session 1 & 2

Couloir / Lane	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8h00 – 8h25	OUVERT	BBF	BBF	BBF	CSLA	CSLA	CSLA	CSLA	CSLA	OUVERT
8h25 – 8h50	OUVERT	CALAC	CALAC	CAPI	ORCA	DSC	DSC	DSC	DSC	OUVERT

Session 3 – Échauffement libre / Open warmup

Installations / Facilities

<p>Vestiaires</p> <p>Aucun spectateur n'aura accès aux vestiaires. Veuillez verrouiller vos casiers.</p>	<p>Locker Rooms</p> <p>No spectator will be allowed in the locker rooms. Please lock your lockers.</p>
<p>Spectateurs</p> <p>Les spectateurs devront accéder à la piscine par la porte menant au hall d'entrée seulement.</p> <p>Les chaussures d'extérieur sont interdites dans l'aire de la piscine. Des protections de type « pantoufle » seront remises aux spectateurs qui souhaiteront garder leurs chaussures d'extérieur. Nous vous remercions pour votre collaboration à cet effet.</p> <p>Il n'y a pas de gradins dans le foyer pour cet événement. Nous vous recommandons d'apporter des chaises pliantes si vous souhaitez réserver une place en dehors du bord de la piscine.</p>	<p>Spectators</p> <p>The spectators must access the pool by the door located in the lobby.</p> <p>Outdoor shoes are forbidden in the pool and stand area. “Slipper” type protection will be available for spectators who wish to keep their shoes. We appreciate your collaboration in this regard.</p> <p>There are no bleachers in the lobby at this event. We recommend bringing folding chairs should you wish to reserve a seat off the pool deck.</p>
<p>Officiels et entraîneurs</p> <p>La salle d'hospitalité se trouve au Salon B au deuxième étage. Un vestiaire est disponible sur place.</p> <p>Enregistrement pour officiels est dans le Salon A.</p>	<p>Officials and coaches</p> <p>The hospitality room is in Salon B on the second floor. Coat racks are available in the room.</p> <p>Check in for Officials is in Salon A.</p>
<p>Règlements additionnels</p> <p>Le starter doit signaler un nageur au juge-arbitre pour inconduite commise au début d'une course , conformément à la Partie II 2.3.2 de Natation Canada. L'« inconduite » inclut, sans s'y limiter, (C.2.3.2.1): • Des actes délibérés ou négligents comme cracher, cracher de l'eau ou se moucher dans la piscine ou sur le bord de la piscine juste avant le début peuvent être considérés comme une faute. • Coup de pied ou frappe délibéré de la plateforme de départ, y compris la plaque arrière, avant le départ. • Entrée dangereuse ou non contrôlée dans la piscine juste avant le début d'une course. Tous les nageurs doivent entrer dans la piscine avec une entrée contrôlée, pieds en premier. L'arbitre peut disqualifier un nageur pour une telle inconduite.</p> <p>Maillots de bain</p> <p>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</p>	<p>Additional rules</p> <p>The Starter shall report a swimmer to the Referee for misconduct taking place at the start of a race as per Swimming Canada Part II 2.3.2. The “misconduct” shall include but is not limited to (C.2.3.2.1): • Deliberate or negligent acts such as spitting, spouting of water, or blowing the nose in the pool or on the pool deck immediately prior to the start may be considered misconduct. • Deliberate kicking or striking of the starting platform, including the back plate prior to the start. • Unsafe or uncontrolled entry into the pool immediately prior to the start of a race. All swimmers must enter the pool with a controlled, feet-first entry. The Referee may disqualify a swimmer for such misconduct.</p> <p>Swimsuits</p> <p>All athletes are allowed to swim in the swimsuit of their choice during all competitions sanctioned by the FNQ. It is not necessary to declare the choice of swimsuit to the referee if the swimsuit fabric is a permeable open-mesh textile and is not reasonably</p>

<p>perméables et qu'il n'est pas raisonnablement considéré comme créant un avantage technique en termes de vitesse, de flottabilité ou d'endurance.</p>	<p>considered to create a technical advantage in terms of speed, buoyancy, or endurance.</p>
<p>Photographie/vidéographie</p> <p>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.</p>	<p>Photography/videography</p> <p>In order to minimize risks, all photographs and videos taken during FNQ-sanctioned competitions, whether taken by a professional photographer or videographer, a spectator, a member of the team's support staff, or any other participant, must comply with 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, in locker rooms and bathrooms, or in any other dressing areas. Full details of the photography and videography procedure are available HERE.</p>
<p>Tous les détails de la procédure relative à la photographie et à la vidéographie sont disponibles ICI.</p>	<p>Accommodations for deaf and hard-of-hearing athletes</p>
<p>Mesures d'adaptation pour les athlètes S/sourds et les malentendants</p> <p>Cette compétition prévoit les mesures d'adaptation suivantes pour les athlètes S/sourds et malentendants : Conserver seulement les mesures qui s'appliquent à votre compétition</p> <ul style="list-style-type: none"> · Des signaux manuels donnés par le starter/juge-arbitre ou autre personne <p>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.</p>	<p>This competition provides the following accommodations for deaf and hard-of-hearing athletes:</p> <p>Keep only the accommodations that apply to your competition</p> <ul style="list-style-type: none"> · Hand signals given by the starter/referee or other person <p>Clubs must communicate their accommodation needs to the meet director before the registration deadline. Support staff must be included in the registration file and must have a “Registered” status as support staff with Swimming Canada, otherwise their access will be denied.</p>