



COUPE DU QUÉBEC

Réunion technique Coupe du Québec #2 12 au 15 mars 2026

Directrices de rencontre/Meet Managers : Nicole Normandin, Rachel Morasse

Gestionnaire provincial de l'événement/Provincial Manager : Jonatan Lacharité

Responsable des inscriptions/Registrations : Jonatan Lacharité

Responsable des officiels/Officials : Maryse Charbonneau

CAMO
NATATION
FÉDÉRATION
DE NATATION
DU QUÉBEC

Version 9 mars 2026

1

Accès et accueil

Stationnement

Gratuit à l'arrière du centre sportif .

Accès

- Les portes ouvriront aux nageurs 30 minutes avant le début de l'échauffement.

Access and reception

Parking

- Free parking is available at the rear of the sports center.

Access

- Doors will be opened to swimmers 30 minutes before the start of the warm-up.



2

Accès et accueil

Accueil et paiement

- Chaque club est invité à se rendre au bureau de l'administration à son arrivée pour acquitter ses frais d'inscription avant le début de la compétition.
- Le paiement se fait par chèque à l'ordre de CAMO natation ou par virement Interac :
 - Courriel : info@camonatation.com
 - Code de sécurité : camo
 - Mot de passe : natation
- À la fin de la compétition, tous les entraîneurs pourront télécharger une facture avec les frais de compétition et les pénalités (si applicable). Le tout pourra être fait sur l'interface grâce à l'option « Solde au compte ».

Access and reception

Welcome and payment

- Each club is invited to the administration office upon arrival for payment before the start of the competition.
- Payment is made by check payable to CAMO natation or by Interac transfer:
 - Email: info@camonatation.com
 - Security code: camo
 - Password: natation
- At the end of the meet, all coaches will be able to download an invoice showing competition fees and penalties (if applicable). This can be done on ltemface using the "Account balance" option.



Procédure d'échauffement

- Durant la compétition, les [procédures de sécurité pour l'échauffement en compétition de Natation Canada](#) seront en vigueur. Les nageurs doivent entrer dans l'eau de manière prudente LES PIEDS EN PREMIER, en entrant du côté des départs ou des virages, d'une position debout ou assise.
- Un athlète fautif pourrait être pénalisé et ne pas participer à sa première épreuve de la session.

Warm-up procedure

- During the competition, Swimming Canada's competition [warm-up safety procedures](#) will be in effect. Swimmers must enter the water carefully FEET FIRST, entering only from the starting or turning side, from a standing or seated position.
- An athlete who violates these procedures may be penalized and may not participate in their first event of the session.



Procédure d'échauffement

Préliminaires et Finales

- Il n'y a pas d'assignation de couloir.
- Parageurs : couloir 8 en tout temps.
- Le bassin de plongeon est disponible en tout temps pour le dénagemement.
- Les départs seront permis les 20 dernières minutes. À ce moment, la circulation devra être à sens unique dans les couloirs où les plongeurs sont permis:
 - Départs plongés: couloirs 0 et 9,
 - Départs au dos : couloir 1 (un dispositif de départ au dos sera disponible).
 - Couloirs de rythme : couloirs 2 et 3 tout au long de l'échauffement.

Warm-up procedure

Preliminaries

- There is no lane assignment.
- Paraswimmers: lane 8 throughout the warm-up.
- Diving tank is available at all times for warm down.
- Starts will be permitted during the last 20 minutes.
- At this time, traffic must be one-way in the lanes where diving is permitted:
 - Dive starts: lanes 0 and 9 ,
 - Backstroke starts: lane 1 (a backstroke ledge will be available).
 - Pace lanes: lanes 2 and 3 throughout the warm-up.



5

Finales

Salle d'appel

- Il y aura une salle d'appel lors des finales pour toutes les épreuves, **à l'exception des relais.**
- Tous les nageurs finalistes et substituts doivent se présenter à la salle d'appel au moins 4 séries avant leur départ (ou 10 minutes avant l'heure planifiée de leur départ pour les épreuves de 400m).
- Tous les finalistes et les substituts devront rester dans la salle d'appel une fois qu'ils auront donné leur présence.
- Les présences officielles seront prises 2 séries avant le départ.

Finals

Call room

- There will be a call room during the finals for all events, **except for the relays.**
- All finalist and alternates must report to the call room at least 4 heats before their start (or 10 minutes before their scheduled start time for 400m).
- All finalists and alternates will remain in the call room once they have registered their attendance.
- Official attendance will be taken two heats before the start.



6

Finales

Pénalité en cas d'absence à la salle d'appel

- Tout finaliste qui n'est pas présent dans la salle d'appel au moment de la prise des présences officielles sera considéré comme un forfait tardif et sera immédiatement remplacé par un substitut.
- Une fois le substitut appelé, il ne sera pas possible pour le finaliste de réintégrer sa finale.

Formulaire de demande spéciale de retard

- Les finalistes qui ne seraient pas en mesure de se présenter à temps à la salle d'appel en raison d'un délai trop court entre leurs épreuves devront compléter le formulaire au moins 30 minutes avant le début de la session des finales.
- Une liste des nageurs concernés sera produite, mais elle n'exempte pas de l'obligation de remplir le formulaire.

Finals

Penalty for absence from the call room

- Any finalist who is not present in the call room at the time of official attendance will be considered a late scratch and will be immediately replaced by an alternate.
- Once the alternate is called, the finalist will not be able to return to his final.

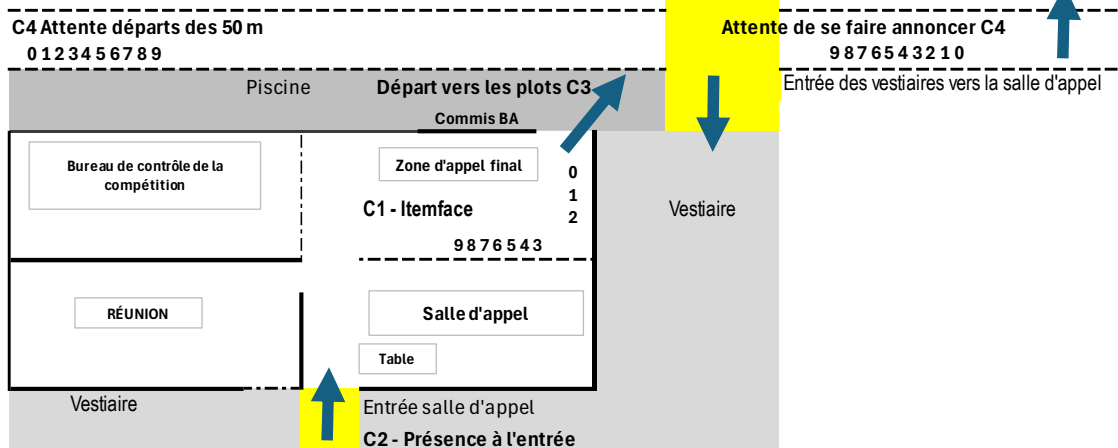
Special call room delay request form

- Finalists who are unable to be present at the call room on time due to a short delay between their events must complete the form at least 30 minutes before the start of the final's session.
- A list of swimmers concerned will be produced but doesn't exempt from the obligation to fill out the form.



7

Salle d'appel | Call Room



VESTIAIRE = Entrée de la salle d'appel | Locker room = Call Room entry



8

Finales

Protocole

- Les nageurs des finales A et B (junior) seront présentés par l'annonceur avant leur course. Ils entreront sur la piscine selon l'ordre des couloirs.
- Les nageurs de la finale C seront présentés durant leur course. Ils entreront sur la piscine durant la finale B.

Bris d'égalité

- Les bris d'égalité seront nagés pendant la session en cours.
- Il est de la responsabilité des entraîneurs de s'assurer que leurs athlètes ne sont pas impliqués dans un bris d'égalité avant de quitter la piscine.

Finals

Protocol

- Swimmers in the A and B (junior) finals will be introduced by the announcer before their race. They will enter the pool in lane order.
- Swimmers in the C final will be introduced during their race. They will enter the pool during the B final.

Swim-offs

- Take place during the sessions it occurs.
- It is the coaches' responsibility to ensure their athletes are not involved in a swim-off before leaving the pool.



Bandes adhésives

- Conformément à l'article C15.3.1, un comité vérifiera les demandes de port de bandes adhésives.
- Le formulaire sera disponible au bureau de l'administration et doit être rempli 1 heure avant le début de la session où les bandes sont utilisées pour la première fois.
- La vérification des bandes adhésives sera faite par un comité au plus tard 15 minutes avant le début de la session où la demande a été faite.
- Le nageur et l'entraîneur doivent être présents et le nageur doit avoir les bandes adhésives en place.
- Les bandes approuvées seront photographiées pour la vérification après la course.
- Si des bandes adhésives identiques sont utilisées pour plusieurs sessions, la vérification n'est requise qu'une seule fois.
- La décision du comité est définitive.

Taping

- In accordance with Article C.15.3.1, a committee will verify requests to wear taping.
- The form will be available at the administration desk, must be completed 1 hour before the beginning of the session where the tapes are used for the first time.
- Taping verification will be done by a committee not later than 15 minutes before the start of the session where the request was done.
- The swimmer and coach must be present, and the swimmer must have the taping in place.
- Approved taping will be photographed for post-race verification.
- If the same taping is used for multiple sessions, verification by the event manager is only required once.
- The committee's decision is final.



Estimés de temps prévisionnels Estimated time lines		
Jeudi Thursday		19h25 7:25pm
Vendredi Friday	Préliminaires Prelims	13h05 1:05 pm
Vendredi Friday	Finales Finals	19h20 7:20 pm
Samedi Saturday	Préliminaires Prelims	13h15 1:15 pm*
Samedi Saturday	Finales Finals	19h30 7:30 pm
Dimanche Sunday	Préliminaires Prelims	13h05 1:05 pm
Dimanche Sunday	Finales Finals	20h10 8:10 pm

Samedi Saturday	
*Il y aura une session de débordement pour les 3 dernières séries du 800m libre (fin: 13h45)	
*There will be an overflow session for the 3 last heats of 800m free (end: 1:45 pm)	



11

Règlements – rappels

Dispositifs de départ au dos

- Lors de l'utilisation d'un dispositif de départ au dos, au moins un orteil de chaque pied doit être en contact avec le mur ou la plaque. En cas d'infraction, le nageur fautif recevra un avis verbal de la part du contrôleur de virage. Il n'y aura pas d'appel général de la part du starter. L'athlète est responsable d'ajuster l'appareil.

Application du règlement d'inconduite

- À la suite de la [mise à jour de la règle C.2.3.2.1. sur les inconduites](#) de Natation Canada, il y aura seulement des avertissements durant cette compétition.

Disqualifications

- Les disqualifications seront annoncées au micro par l'annonceur.

Rules – reminders

Backstroke ledges

- When using a backstroke ledge, at least one toe of each foot must be in contact with the wall or touchpad. In the event of an infraction, the faulty swimmer will receive a verbal warning from the inspector of turn. There will be no general call by the starter. The athlete is responsible for adjusting the device.

Enforcement of misconduct provisions

- Following the [update to Swimming Canada rule C.2.3.2.1. on misconduct](#), only warnings will be issued during this competition.

Disqualifications

- Disqualifications will be announced by the announcer.



12



Modifications et forfaits

	Sessions matin	Sessions après-midi
Jeudi 12 mars 2026		10 h – jeudi 12 mars
Vendredi 13 mars 2026	18 h – jeudi 12 mars	30 minutes après la fin du 50m dos
Samedi 14 mars 2026	18 h – vendredi 13 mars	30 minutes après la fin du 100m libre
Dimanche 15 mars 2026	18 h – samedi 14 mars	30 minutes après la fin du 50m libre

Période de modifications des relais

- Les noms des membres d'une équipe de relais ainsi que l'ordre de départ doivent être inscrits avant la fin de la période de forfaits de la session concernée; les modifications aux noms et à l'ordre sont possibles jusqu'à 30 minutes avant le début de la session.



13



Scratch and modifications

	Morning sessions	Afternoon sessions
Thursday March 12, 2026		10 a.m. – Thursday March 12
Friday March 13, 2026	6 p.m. – Thursday March 12	30 minutes after the end of the 50m backstroke
Saturday March 14, 2026	6 p.m. – Friday March 13	30 minutes after the end of the 100m freestyle
Sunday March 15, 2026	6 p.m. – Saturday March 14	30 minutes after the end of the 50m freestyle

Relay modification period

- The names of the members of a relay team as well as the starting order must be registered before the end of the scratch period of the session concerned; changes to the names and order are possible up to 30 minutes before the start of the session.



14

Utilisation Itemface

- Toutes les communications avec les entraîneurs ainsi que toutes les demandes de forfaits et les confirmations et modifications aux équipes de relais se feront exclusivement via l'application Itemface
- Vous devez télécharger l'application à partir de Apple Store/Google Play Store et créer votre compte.
- Les entraîneurs (ayant été soumis dans le REMS) pourront accéder aux options du *Panneau de contrôle de l'entraîneur* sur Itemface.
- Si vous n'avez pas accès la compétition ou pour obtenir de l'aide, vous pourrez vous référer au bureau de l'administration.

Use of Itemface

- All communications with coaches as well as all requests for scratch, and confirmations and changes to relay teams, will be done exclusively via the Itemface application.
- You can download the app from the Apple Store or Google Play Store and create your account.
- All coaches (who were submitted in the REMS) will have access to the *Coach's control panel* on the app.
- If you do not have access or if you need help, you can go to the administration desk.



15

ITEMFACE: Faire une requête | Make a request

The screenshot displays the Itemface app interface for a coach. The top navigation bar includes 'Accueil', 'Entraîneur de compétition de natation', and user information '@AmelieRobitaille'. The main content area is divided into three sections:

- Left Sidebar:** Contains navigation options like 'Gestion des services', 'Entraîneur de compétition de natation', and 'Officiel de compétition de natation'.
- Main Content Area:** Displays details for a competition: 'GAMIN (Groupe Aquatique Mille-Îles Nord)', 'Coupe Espoir #1 groupe C', and the dates 'ven. 13 févr., 2026 - dim. 15 févr., 2026 GMT-04:00'.
- Right Sidebar:** Contains a list of requests under the heading 'Panneau de contrôle de l'entraîneur'. The requests include: 'Voir la liste des requêtes', 'Retrait d'un athlète aux épreuves', 'Retrait d'un athlète aux épreuves FINALES', 'Modifier les épreuves de l'athlète', 'Ajout tardif d'un athlète', 'Ajout tardif d'une équipe de relais', 'Retrait, Modification ou Confirmation des épreuves de relais', 'Confirmer présence aux épreuves', and 'Bris d'égalité'.

16

ITEMFACE: Gestion des bris d'égalité | Swim-off management

Navigation: Natation > Compétitions de natation > Demo 2026 > Panneau de contrôle de l'entraîneur

Compte | Gérer les entraîneurs

- Voir la liste des requêtes
- Retrait d'un athlète aux épreuves
- Retrait d'un athlète aux épreuves FINALES
- Modifier les épreuves de l'athlète
- Ajout tardif d'un athlète
- Ajout tardif d'une équipe de relais
- Retrait, Modification ou Confirmation des épreuves de relais
- Confirmer présence aux épreuves
- Bris d'égalité (1 En attente)**

Nom

Navigation: Natation > Compétitions de natation > Intra > Panneau de contrôle de l'entraîneur > Bris d'égalité

Épreuve **8. Homme, 50m Libre - Finale #4630**

Position 10e place Finale A - 10th position of A Final

RSVP samedi 17 janvier 2026, 12:30 EST

Contact Voir Admin Desk - See Admin Desk

Quand À la fin de l'épreuve 100 papillon. After event 100 fly.

Athlètes **ALIZADEH, Arsham**

Accepter Refuser Proposer

Club PCSC

Navigation: Natation > Compétitions de natation > Intra > Panneau de contrôle de l'entraîneur > Bris d'égalité

Épreuve **8. Homme, 50m Libre - Finale #4630**

Position 10e place Finale A - 10th position of A Final

RSVP samedi 17 janvier 2026, 12:30 EST

Contact Voir Admin Desk - See Admin Desk

Quand À la fin de l'épreuve 100 papillon. After event 100 fly.

Athlètes **ALIZADEH, Arsham** **Accepté**

Club PCSC

Par @LanDinh dimanche 18 janvier 2026, 23:29 EST

Décision Le bris d'égalité est annulé. Arsham Alizadeh prendra la 10e place du finale A.
The swim-off is cancelled. Arsham Alizadeh will take the 10th place of A final.

17

Résultats et récompenses

Résultats

- Les résultats en direct seront disponibles en ligne <https://live.swimrankings.net/49514/> et sur SplashMe

Récompenses

- Les bourses seront remises à la fin de la compétition et les récipiendaires seront annoncées.

Results and awards

Results

- The results will be available online: <https://live.swimrankings.net/49514/> and on SplashMe

Awards

- The awards will be given at the end of the meet, and the recipients will be announced.



18

Autres renseignements

Musique et ambiance

- Il y aura de la musique lors des périodes d'échauffement en préliminaires et en finales.
- Il y aura de la musique entre les séries lors des finales.

Estrades et spectateurs

- Il y a place pour 2 500 spectateurs.
- L'accès est gratuit!

Other information

Music and atmosphere

- Music will be played during warm-up periods in the preliminaries and finals.
- Music will be played between heats during the finals.

Bleachers and spectators

- There is a seating capacity for 2 500 spectators
- Access is free!



Autres renseignements

Divers

- Il y aura un Bistro pour les entraîneurs sur la piscine
- Des repas et collations seront disponibles pour les entraîneurs à la place de la restauration, sous les escaliers Nord.
- Des collations seront servies sur le bord de la piscine.
- Veuillez verrouiller vos casiers.

Other information

Miscellaneous

- There will be a coach's Bistro on deck
- Food and snacks will be available for the coaches at the restaurant area, under the stairs, North side.
- Snacks will be served on poolside.
- Please lock your lockers.





FÉDÉRATION
DE NATATION
DU QUÉBEC

Boutique FNQ et Natation Plus
FNQ and Natation Plus stores

**Natation
PLUS**

- Il y aura une boutique de la FNQ et une boutique de Natation Plus au 2e étage en face des estrades, vendredi et samedi.
- There will be an FNQ store and a Natation Plus store on the 2nd floor opposite the stands, Friday and Saturday.

Merci et bonne compétition!

Thanks and have a great meet!

