



**COUPE ESPOIR**



# Réunion technique

## Coupe Espoir #2

### 10 au 12 avril 2026

Directeur de rencontre : Frédéric Perreault

Gestionnaire provincial de l'événement : Marie-Andrée Plourde

Responsable des inscriptions : Jonatan Lacharité

Responsables des officiels et bénévoles : Isa Davidson

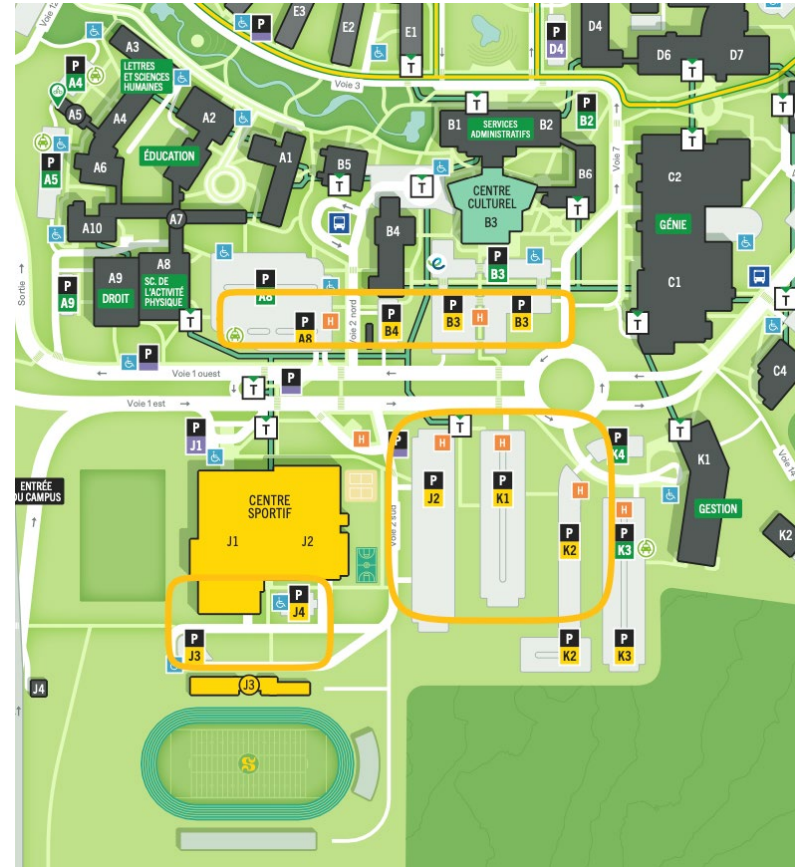


**FÉDÉRATION  
DE NATATION  
DU QUÉBEC**

# Accès et accueil

## Stationnement

- Les espaces de stationnement sont payants en tout temps sur le campus de l'Université de Sherbrooke.
- Les espaces à utiliser sont encadrés en jaune sur le plan et les horodateurs sont identifiés par le symbole suivant: **H**
- Un horodateur est également disponible dans l'entrée principale du centre sportif.





# Accès et accueil

## Accès

- L'accès au centre sportif doit se faire par les portes avant en passant par le poste d'accueil. Les personnes à mobilité réduite ont accès aux installations par le même endroit.
- L'accès au bord de la piscine sera ouvert via les vestiaires 30 minutes avant le début de l'échauffement.

## Accueil et paiement

- Chaque club est invité à se présenter au bureau de l'administration à son arrivée pour acquitter ses frais d'inscription avant le début de la compétition.
- Les paiements peuvent être effectués par l'un des moyens suivants:
  - Par chèque à l'ordre de Le Club de Natation de Sherbrooke
  - Par virement bancaire au compte 50124-815-5609748
  - Par virement Interac à [cnscomptabilite@gmail.com](mailto:cnscomptabilite@gmail.com) (Mot de passe : Sher2026)





# 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.

## **Préliminaires et sessions de finales contre-la-montre**

- Les échauffements ont lieu dans les bassins A et B sous deux périodes distinctes de 25 minutes. Les horaires sont sur la diapositive suivante. Les départs plongés seront permis dans chacun des couloirs 10 minutes avant la fin de la période.

## **Finales**

- Les échauffements ont lieu dans les bassins A et B pour une période de 50 minutes. Aucun couloir n'est attribué aux clubs. Les départs plongés seront permis dans chacun des couloirs 10 minutes avant la fin de la période.





# Horaire d'échauffement

<b>Vendredi 10 avril - Préliminaires et finales contre la montre</b>				
	<b>Bassin A</b>		<b>Bassin B</b>	
<b>Couloir</b>	<b>7h30 à 7h55</b>	<b>7h55 à 8h20</b>	<b>7h30 à 7h55</b>	<b>7h55 à 8h20</b>
1	DDO (20)	CASE (20)	RIKI (20)	UL (18)
2	DDO (20)	CASE (6) - MEGO (13)	RIKI (19)	UL (18)
3	DDO (20)	MEGO (20)	CAC (20)	NG (15)
4	DDO (17)	CNSL (20)	CAC (10) - CDNDG (8)	NG (15)
5	DSC (18)	CNSL (17)	CDNDG (20)	NG (11)
6	DSC (6) - CSLA (11)	BBF (13)	CDNDG (20)	NSH (11)
7	CSLA (20)	BBF (13)	SHER (20)	NSH (10)
8	LMRL (17)	Départs plongés	SHER (11)	Départs plongés



# Horaire d'échauffement

	<b>Samedi 11 avril - Préliminaires et finales contre la montre</b>			
	<b>Bassin A</b>		<b>Bassin B</b>	
<b>Couloir</b>	<b>7h30 à 7h55</b>	<b>7h55 à 8h20</b>	<b>7h30 à 7h55</b>	<b>7h55 à 8h20</b>
1	UL (18)	RIKI (20)	CASE (20)	DDO (20)
2	UL (18)	RIKI (19)	CASE (6) - MEGO (13)	DDO (20)
3	NG (15)	CAC (20)	MEGO (20)	DDO (20)
4	NG (15)	CAC (10) - CDNDG (8)	CNSL (20)	DDO (17)
5	NG (11)	CDNDG (20)	CNSL (17)	DSC (18)
6	NSH (11)	CDNDG (20)	BBF (13)	DSC (6) - CSLA (11)
7	NSH (10)	SHER (20)	BBF (13)	CSLA (20)
8	Départs plongés	SHER (11)	Départs plongés	LMRL (17)





# Horaire d'échauffement

Dimanche 12 avril - Préliminaires et finales contre la montre				
	Bassin A		Bassin B	
Couloir	7h30 à 7h55	7h55 à 8h20	7h30 à 7h55	7h55 à 8h20
1	RIKI (20)	UL (18)	DDO (20)	CASE (20)
2	RIKI (19)	UL (18)	DDO (20)	CASE (6) - MEGO (13)
3	CAC (20)	NG (15)	DDO (20)	MEGO (20)
4	CAC (10) - CDNDG (8)	NG (15)	DDO (17)	CNSL (20)
5	CDNDG (20)	NG (11)	DSC (18)	CNSL (17)
6	CDNDG (20)	NSH (11)	DSC (6) - CSLA (11)	BBF (13)
7	SHER (20)	NSH (10)	CSLA (20)	BBF (13)
8	SHER (11)	Départs plongés	LMRL (17)	Départs plongés



# Déroulement de la compétition

**Lors des sessions préliminaires, les épreuves garçons seront nagées dans un bassin et les épreuves filles dans l'autre bassin. Il y aura une alternance entre les journées par souci d'équité.**

**Vendredi am et dimanche am: garçons Bassin A, filles Bassin B**

**Samedi am: garçons Bassin B, filles Bassin A**

**Les sessions finales se dérouleront dans le Bassin A**

## **Bris d'égalité (par Itemface)**

- 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.





# Déroulement de la compétition

## Finales

- Il n'y a pas de salle d'appel pour cette compétition. Les nageurs ont la responsabilité de se présenter à temps pour leur départ.
- Tous les substituts désirant nager en cas d'absence d'un finaliste doivent se présenter au commis du bureau de l'administration qui sera à côté des juges-arbitres dans le bassin A, au moins une série avant leur départ.

## Protocole

- Les athlètes des finales A seront présentés par l'annonceur **avant** le départ de leur course, pour toutes les épreuves.
- Les athlètes des finales B seront présentés par l'annonceur **après** le départ, pour toutes les épreuves.



# Rappels règlements

## Dispositifs de départ au dos

- Lors de l'utilisation d'un appui 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.

## Mise à jour de la [règle C.2.3.2.1 sur les inconduites](#)

- Jusqu'au 31 août 2026, les officiels adopteront une approche axée sur l'éducation, en rappelant et en avertissant calmement les nageurs et en ne sanctionnant que les actes clairs et délibérés (et non les éclaboussures accidentelles, la toux ou les ajustements normaux des pieds sur le plot de départ).

## Disqualifications

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





# Modifications et forfaits

	Vendredi 10 avril 2026	Samedi 11 avril 2026	Dimanche 12 avril 2026
Session du matin	18 h – jeudi 9 avril	18 h – vendredi 10 avril	18 h – samedi 11 avril
Session de l'après-midi	30 minutes après la fin du 100m papillon	30 minutes après la fin du 50m libre	

## Période de modification 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.

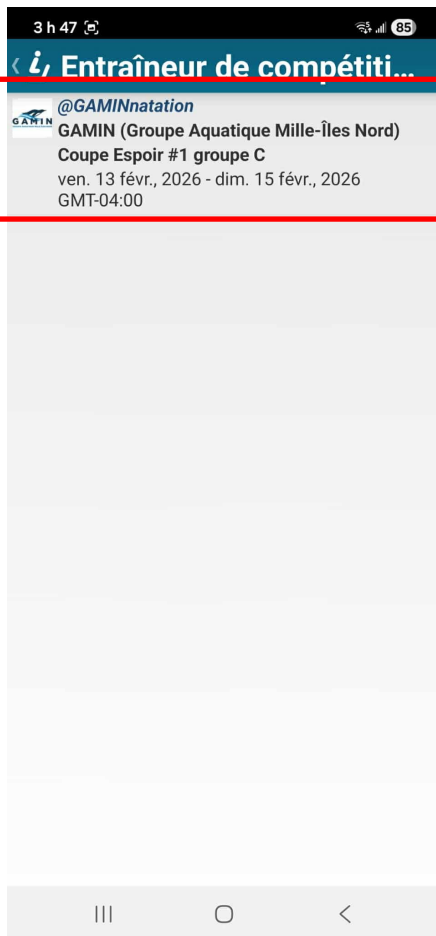
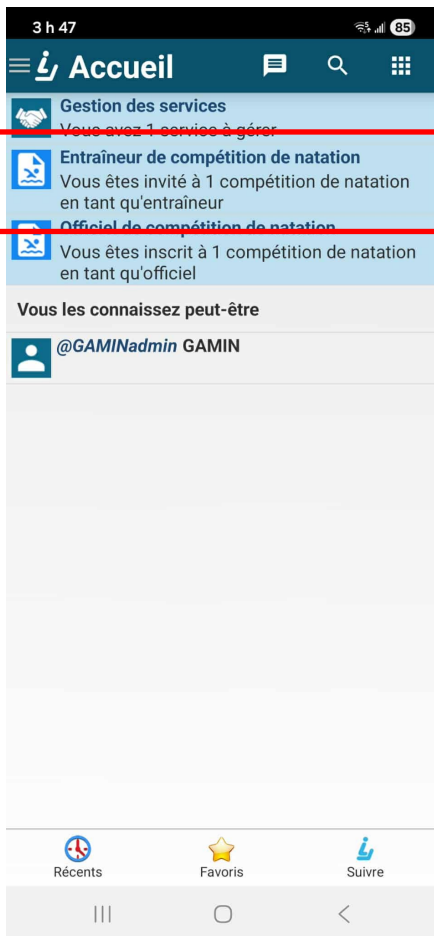


# Utilisation d'Itemface

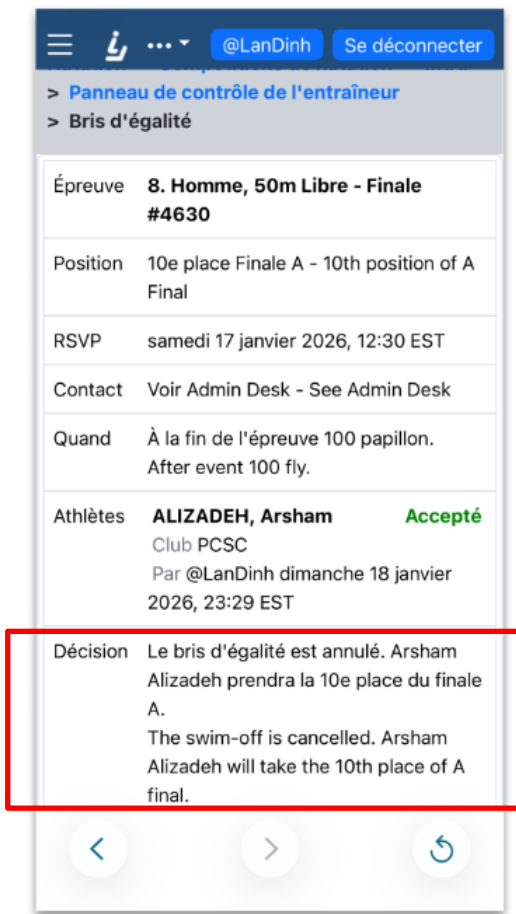
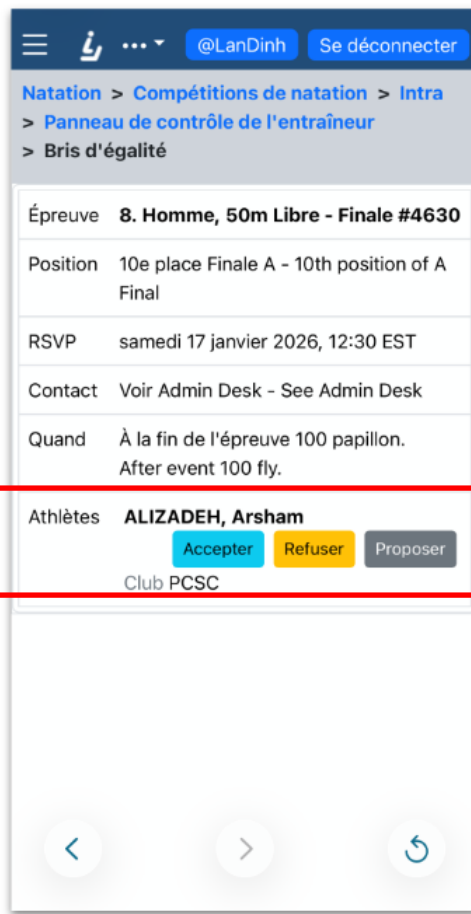
Toutes les communications avec les entraîneurs, ainsi que toutes les demandes de forfaits et les confirmations et modifications aux équipes de relais se feront exclusivement via l'application Itemface

- 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 auront accès à la compétition et aux options du *Panneau de contrôle de l'entraîneur* sur l'application Itemface.
- Si vous n'avez pas accès à la compétition ou pour obtenir de l'aide, veuillez vous référer au bureau de l'administration.

# Itemface – Soumettre une requête



# Itemface – Bris d'égalité





# Résultats et récompenses

## Résultats

- Les résultats en direct seront disponibles en ligne (<https://live.swimrankings.net/49848/>) et via l'application SplashMe.

## Récompenses

- Les médailles des sessions finales du vendredi et samedi seront remises après chaque série.
- Les médailles des finales contre-la-montre seront remises aux clubs dès que la disponibilité des résultats le permet.
- Les bannières seront remises à la fin de la session du dimanche, veuillez informer vos nageurs.





# Rappel des règles de bon comportement

- Chaque club (athlètes et entraîneurs) est responsable de maintenir la propreté sur le bord de la piscine pendant et après chaque session.
- Un comportement respectueux est attendu de la part des nageuses et nageurs en tout temps, incluant dans les vestiaires.
- L'utilisation du téléphone cellulaire est interdite dans les vestiaires.
- Toutes les photos et vidéos prises lors des compétitions sanctionnées par la FNQ doivent respecter les normes de décence généralement acceptées. Les photos et vidéos dans la zone située immédiatement derrière les plots de départ, dans les vestiaires et les salles de bain sont interdites.

Merci de contribuer à un environnement sain, sécuritaire et agréable pour tous.





# 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**

- Les estrades à l'étage sont accessibles aux spectateurs. Une cantine sera disponible sur le même niveau.  
Aucune bouteille d'eau n'est vendue sur place.



# Autres renseignements

## Divers

- Des repas et collations seront disponibles pour les officiels et entraîneurs dans le local 321-322 et des collations seront servies sur le bord de la piscine.
- La mezzanine du stade peut servir aux clubs qui souhaitent manger sur place.
- Veuillez verrouiller vos casiers.

Merci et bonne compétition!

