



MINI COUPE



30 et 31 mai 2026



LIEU

CAPS de l'Université du Québec à Trois-Rivières
3351, boul. des Forges, Trois-Rivières, QC G8Z 4M3

INSTALLATIONS

2 bassins de 8 couloirs, 25m

DATE LIMITE D'INSCRIPTION

11 mai 2026 à 23 h 59

COMITÉ ORGANISATEUR

Directrice de rencontre

Andréanne Bastien

megophias.competition@gmail.com

Responsable des inscriptions

Andréanne Bastien

megophias.competition@gmail.com

Responsable des officielles et officiels

Marie-Ève Boivin

officiels.megophias@gmail.com

INSCRIPTION OFFICIELLES ET OFFICIELS

[Formulaire d'inscriptions des officiels](#)

RÉUNION TECHNIQUE

(ENTRAÎNEURES ET ENTRAÎNEURS)

26 mai 2026 à (19h30)

[Réunion technique - Mini coupe ouest 2026 |](#)

[Réunion-Joindre | Microsoft Teams](#)

INFORMATIONS SUR LA COMPÉTITION

CATÉGORIES D'ÂGE

L'âge d'un athlète est déterminé selon son âge au premier jour de la compétition.

Épreuves individuelles

- 8 ans et moins
- 9 ans
- 10 ans
- 11 ans
- 12 ans

Épreuves de relais

- 10 ans et moins
- 11-12 ans

PÉRIODE DE QUALIFICATION

La période de qualification est du **1^{er} septembre 2024 au 11 mai 2026**.

CRITÈRES DE QUALIFICATION

- 8 ans et moins : Avoir des temps prouvés dans les épreuves 50m papillon, 50m dos et 50m brasse.
- 9 ans et 10 ans : Avoir des temps prouvés dans les épreuves 50m papillon, 50m dos et 50m brasse, et avoir le standard de qualification dans au moins 1 épreuve parmi celles-ci.
- 11 ans et 12 ans : Avoir des temps prouvés dans les épreuves 50m papillon, 100m dos et 100m brasse, et avoir le standard de qualification dans au moins 1 épreuve parmi celles-ci.
- Les temps prouvés sont requis seulement pour les 3 épreuves requises selon l'âge.

Restriction de participation :

Les athlètes qui ont participé au Championnat québécois 2026 sont exclus.

ÉPREUVES PAR ATHLÈTE

Tous les athlètes peuvent participer aux 6 épreuves individuelles de leur catégorie d'âge.

- 8 ans et moins : 50m papillon, 50m dos, 50m brasse, 50m libre, 100m libre et 100m QNI
- 9 ans et 10 ans : 50m papillon, 50m dos, 50m brasse, 50m libre, 200m libre et 100m QNI
- 11 ans et 12 ans : 50m papillon, 100m dos, 100m brasse, 100m libre, 200m libre et 100m QNI

Épreuves de relais

- Une équipe de relais doit être composée de 4 filles ou 4 garçons ou de 2 filles et 2 garçons (équipe mixte).
- Un club peut inscrire plus d'une équipe de relais par genre, mixte ou par groupe d'âge.
- L'athlète est autorisé à participer à un seul relais par jour.
- Les séries de différentes catégories d'âge et genre pourraient être combinées.

FORMAT DE LA COMPÉTITION

- Aucune conversion de temps; les temps soumis seront classés indépendamment qu'ils aient été faits en bassin de 25m ou 50m.

- Toutes les épreuves individuelles sont des finales contre-la-montre et se nageront senior, du plus lent au plus rapide.
- Aucun essai de temps ou épreuves nagées hors-concours ne seront autorisés pour les épreuves individuelles.
- Les clubs pourraient être divisés en deux groupes, avec chaque journée divisée en 2 sessions (avant-midi ou après-midi), selon le nombre de nageurs inscrits. Les informations à ce sujet seront communiquées aux clubs dès que possible après la date limite des inscriptions.

DISPOSITIFS DE DÉPART AU DOS

Les dispositifs de départ au dos ne seront pas utilisés pour cette compétition.

TEMPS DE PASSAGE OFFICIEL

Les demandes de temps de passage comme temps officiel devront être faites au bureau de l'administration, au plus tard au début de la session où se nage l'épreuve en question.

PROGRAMME

Samedi 30 mai 2026				Dimanche 31 mai 2026			
Session du matin*: ÉCHAUFFEMENT : 7 h 30 à 8 h 10 - DÉBUT DES ÉPREUVES : 8 h 15							
Session de l'après-midi* : ÉCHAUFFEMENT : 13 h 45 à 14 h 25 - DÉBUT DES ÉPREUVES : 14 h 30							
Femmes	Épreuve	Hommes	Mixte	Femmes	Épreuve	Hommes	Mixte
1	100m libre	2		11	200m libre (11-12 ans)	12	
3	200m libre (9-10 ans)	4		13	50m dos	14	
5	100m brasse	6		15	100m dos	16	
7	50m brasse	8		17	50m libre	18	
9	50m papillon	10		19	100m QNI	20	
101/104	Relais 4x50m libre	102/105	103/106	201/204	Relais 4x50m QN	202/205	203/206

*Chaque club participera aux sessions du matin OU de l'après-midi; à confirmer selon les inscriptions reçues

MODIFICATIONS ET FORAITS

Toutes les demandes de forfaits ainsi que les confirmations et modifications aux équipes de relais doivent être soumises exclusivement via l'application Itemface. Si ce n'est pas déjà fait, vous pouvez télécharger l'application via Apple Store ou Play Store et créer votre compte. Après la date limite d'inscription, vous aurez accès à la compétition sur l'application et pourrez faire les changements par le panneau de contrôle de l'entraîneur.

PÉRIODE DE MODIFICATIONS DES RELAIS

Les noms des membres d'une équipe de relais ainsi que l'ordre de départ doivent être inscrits au plus tard le 28 mai à 18 h; les modifications aux noms et à l'ordre sont possibles jusqu'à 30 minutes avant le début de la session.

RÉSULTATS, CLASSEMENT ET RÉCOMPENSES

RÉSULTATS

Les résultats en direct seront disponibles en ligne ainsi que via l'application SplashMe.

RÉCOMPENSES

- Chaque athlète recevra une médaille de participation

- Tirage de prix de présence à la cloche

PROCÉDURE D'INSCRIPTION

INSCRIPTION

Le fichier des épreuves est disponible sur le site de Natation Canada : <https://www.swimming.ca/fr/events-results-hub/upcoming-meets/>

Toutes les inscriptions devront OBLIGATOIREMENT être soumises via le système d'inscription de REMS en ligne (en format SDIF/sd3). Pour obtenir des instructions détaillées sur la procédure à suivre, veuillez consulter le [guide de dépôt des inscriptions](#).

Il est de la responsabilité du club de vérifier la validité des données avant de déposer les inscriptions.

DATE LIMITE D'INSCRIPTION

11 mai 2026 à 23 h 59

FRAIS D'INSCRIPTION

16,21 \$ (taxes incluses) de frais de participation par athlète

86,12 \$ (taxes incluses) par athlète incluant toutes les épreuves individuelles et de relais

Le paiement devra être remis avant le début de la compétition au bureau de l'administration par l'un des 3 moyens suivants:

- par chèque à l'ordre de Club de natation Mégophias inc.
- par virement bancaire: à megophias@uqtr.ca, la réponse à la question secrète devra être MEGO
- par paiement direct (# institution: 815, # transit : 10101 et # de compte : 4902136).

INSCRIPTION TARDIVE ET CHANGEMENTS

Toutes les demandes d'inscription tardive et de changements doivent être soumises exclusivement via l'application Itemface.

Entre le 11 et le 18 mai 2026, les changements (ajout d'épreuves ou de nageurs, changement de temps d'inscription, etc.) pourraient être acceptés. Veuillez compléter le formulaire en ligne et le responsable des inscriptions confirmera les changements.

À partir du 18 mai à 18 h, aucun ajout ou changement ne sera accepté, les inscriptions seront considérées comme définitives. Seuls les retraits seront acceptés jusqu'au 27 mai à 18 h.

***Pénalités pour défaut d'inscription**

Pour un athlète non inscrit conformément dans une catégorie admissible auprès de Natation Canada et ayant participé à une compétition :

- Le club d'appartenance de l'athlète aura l'obligation de l'inscrire dans la catégorie appropriée dans les 5 jours suivants et une pénalité de 50 \$ par nageur fautif sera facturée au club.

Pour un athlète 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. L'athlète sera inscrit comme athlète compétitif.
- Des frais administratifs de 20 \$ seront facturés par la FNQ pour le changement de catégorie.

AUTRES RENSEIGNEMENTS

RÈGLES ET CONDUITE À ADOPTER

Nous remercions les entraîneurs et entraîneuses, les officielles et officiels ainsi que les parents pour leur collaboration respectueuse et leur soutien envers nos jeunes nageuses et nageurs afin de maintenir un déroulement harmonieux et un sain esprit sportif. 😊

ESTRADES ET SPECTATEURS

325 places sont disponibles dans les estrades.

- Compte tenu du nombre restreint de places, **un service de webdiffusion** en ligne sera également offert **au gymnase sur écran géant**, et sera aussi accessible sur votre téléphone.
- Afin de permettre à tous les parents de voir leur enfant nager, **nous sollicitons votre collaboration et vous demandons de quitter les estrades après chacune des épreuves de votre enfant**, afin de permettre à d'autres parents d'y accéder. **De cette façon, tous pourront voir leurs enfants à l'œuvre.**
- Pour une place privilégiée, nous vous invitons à venir nous rejoindre au bord de la piscine et à agir en tant qu'officiel. Pour vous inscrire comme officiel, il suffit de remplir le formulaire suivant : <https://forms.gle/9dejXy1ciqLKTzMd8>

STATIONNEMENT/ACCÈS POUR LES PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE

Tous les stationnements du campus sont gratuits **à compter de 16 h le vendredi** pour toute la fin de semaine, et ce, jusqu'au lundi matin.

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 : <https://www.swimming.ca/wp-content/uploads/2024/02/Nageurs-Ssourd-et-malentendants-fevrier-2024.pdf>

1. Instruction non verbale assurée par une *personne de soutien
2. Signaux manuels donnés par le starter/juge-arbitre ou autre personne

Les clubs doivent communiquer leur besoin d'adaptation à la direction 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.

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 plots 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](#).

RÈGLEMENTS ET ADMISSIBILITÉ

La Mini Coupe est sanctionnée par la FNQ.

Les compétitions sanctionnées au Québec doivent respecter les règlements et les procédures suivants :

- Règlements de natation et paranatation de Natation Canada : <https://www.swimming.ca/fr/reglements-et-formulaires/>
- Règlement de sécurité de la natation en bassin : <https://fnq.ca/clubs-et-regions/reglements-de-securite/>
- Procédure de sécurité pour les échauffements en compétition de natation de Natation Canada : <https://www.swimming.ca/fr/reglements-et-formulaires/>

Départs

- Les départs se feront à partir des plots de départ selon Word Aquatics II.1.4 et II16.1.4.1

ADMISSIBILITÉ DES CLUBS

Chaque club participant devra être membre en règle de la FNQ.

ADMISSIBILITÉ DES ATHLÈTES

- Les athlètes doivent être conformément inscrits avec un statut « actif » dans la catégorie « compétitif » auprès de la FNQ.
- Les athlètes affiliés à des clubs de l'extérieur du Québec (non-membres de la FNQ) ne sont pas admissibles à cette compétition.

ADMISSIBILITÉ DES ENTRAINEURES ET ENTRAINEURS

- Chaque entraîneur présent doit être membre en règle de la FNQ.
- Tous les entraîneures et entraîneurs doivent se conformer au Règlement de sécurité de la natation en bassin de la FNQ.
- Chaque club devra obligatoirement avoir une entraîneure ou un entraîneur exclusivement dédié à sa fonction d'entraîneur.
- Au moins une entraîneure ou entraîneur présent doit avoir un statut « certifié » du PNCE 101.

MAILLOT 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.

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.

Merci de votre collaboration au maintien de la propreté du bord de la piscine et des vestiaires. Au plaisir de vous accueillir!

Bonne compétition

PARTENAIRES HÔTELIER DE LA FNQ



CHOICE
HOTELS CANADA™



Profitez du programme de Choice
Numéro d'identification client # **00622380**
pour réserver et économiser!
<https://fnq.ca/renouvellement-de-lentente-avec-choice-hotels/>

PARTENAIRES HÔTELIER DU CLUB HOTE

- **Holiday Inn**
 - Prix : 189\$ la nuit pour chambres standards (déjeuner inclus)
 - Lien pour réservation : [Cliquez ici](#)
 - Code promo : COM
- **Candlewood Suites**
 - Prix: 179\$ la nuit pour les studios avec cuisinette (déjeuners non inclus)
 - Lien pour réservation: [Cliquez ici](#)
- Code promo : COM Pour plus d'informations
 - Contact: Marylou Clermont Mclermont@grouperobin.com
 - Spécifiez que vous participez à un événement de natation avec Le Mégophias
- Les tarifs sont valides jusqu'à 30 jours avant l'événement



PARTENAIRES DU CLUB

MINI COUPE



PRATIQUES ÉCORESPONSABLES

Événements de la Fédération de natation du Québec



Optez pour les transports durables tels que le transport en commun, le vélo ou la marche.



Si vous résidez loin de l'événement, préférez le covoiturage ou encore informez-vous auprès de la Fédération afin de savoir s'il existe un service de navette prévu dans votre secteur.



Si vous avez à louer un hébergement, assurez-vous que celui-ci soit situé près de l'événement ou d'un transport en commun.

Apportez votre gourde d'eau ou autre contenant réutilisable pour les boissons. Évitez les contenants de verre.



Adoptez une attitude responsable quand à votre gestion des déchets (zéro déchet, Sans trace Canada)



Dans la mesure du possible, évitez les collations enveloppées individuellement.

Repérez les îlots de tri sur le site.



Si cela est nécessaire, informez-vous auprès de la brigade verte afin de connaître les consignes de tri.