

Le club aquatique À Contre-Courant présente

La Coupe de Montréal des maîtres nageurs 2011

**À la piscine du centre sportif Claude-Robillard
Le 26 novembre 2011**

Version: 2011-09-28 11:09

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

Piscine

Centre sportif Claude-Robillard
1000, avenue Émile-Journault, Montréal
Tél. : 514 872-6911

Transport en commun : Station de métro Crémazie (ligne orange), sortie Crémazie Nord, puis marche de 10 minutes ou autobus 146 vers l'est. (www.stm.info, puis cliquer sur « Tous azimuts »)

En voiture : Boulevard métropolitain (40), sortie rue Saint-Hubert/avenue Christophe-Colomb; prendre Christophe-Colomb Nord et suivre les indications.

Stationnement : Gratuit à l'arrière du centre sportif.

Nourriture : On trouvera des distributrices à l'étage des gradins. Quelques restaurants sont situés à proximité, rue Fleury, au nord du centre sportif.

Comité de direction

Monica Dunn, directrice de rencontre et registraire
514 990-2582
coupe@acontrecourant.qc.ca

Luc Hurtubise, juge-arbitre

Jonathan Ouellet, responsable des officiels
coupe.officiels@acontrecourant.qc.ca

Benoit Éthier, commandite
coupe.commandites@acontrecourant.qc.ca

Site Internet

www.acontrecourant.qc.ca/fr/coupe

L'information y sera mise à jour régulièrement. Nous vous demandons de bien consulter le site la semaine avant la compétition pour obtenir les derniers développements, le bulletin technique et l'horaire de la compétition.

HORAIRE

Samedi 26 novembre 2011

Piscine du centre sportif Claude-Robillard

7 h 00 : Accueil et remise de la trousse de participation

7 h 30 à 8 h 45 : Échauffement

7 h45 : Réunion des officiels

8 h 30 : Réunion technique pour les entraîneurs ou représentants des équipes

8 h 50 : Ouverture officielle de la compétition

9h00 : Début des épreuves

400 m libre

100 m QNI

50 m dos

100 m brasse

50 m papillon

100 m libre

4 X 50 m relais libre

Pause et échauffement (45 minutes)

4 X 50 m relais QN

200 m choix (papillon, dos, brasse ou QNI) *

100 m dos

50 m libre

100 m papillon

50 m brasse

4 X 200 m relais libre * *Chaque athlète peut s'inscrire à une seule épreuve de 200 mètres*

16 h

Fin des épreuves

19 h

Souper avec animation

Restaurant Steak Frites (apportez votre vin), 1302, rue Ste-Catherine Est, Montréal.

Coût du billet pour la soirée : 12 \$. Le coût du repas et de la boisson alcoolisée est au frais du participant, en plus du coût du billet.

Pour plus d'informations, consultez le site internet : www.acontrecourant.qc.ca/fr/coupe

QUESTIONS TECHNIQUES

Installations

La compétition se déroulera dans un bassin de 25 m comportant 10 couloirs munis d'un système de chronométrage électronique avec plaques de touches et tableau alpha-numérique. Le logiciel Splash Meet Manager sera utilisé pour la gestion de la rencontre. Un bassin d'échauffement de 25 m sera accessible en tout temps.

Sanction et règlements

La compétition est sanctionnée par la Fédération de natation du Québec. Les règlements MNC seront en vigueur (<http://mymnc.ca/Documents/CMSWReglements20100408.pdf>) ainsi que le règlement sur la sécurité en bassin de natation de la FNQ (www.fnq.qc.ca/doc/doc/00000516_securite.pdf) et le règlement de départ MSW 4.4. Le port du bonnet de bain est recommandé. Les épreuves individuelles et les épreuves de relais seront nagées sénior en finales contre la montre, du plus lent au plus rapide, sans égard à l'âge ni au sexe. L'attribution des couloirs sera établie selon les temps d'inscription soumis.

Admissibilité

Tous les nageurs doivent être affiliés à la Fédération de natation du Québec ou à une fédération membre de la FINA et doivent être âgés de 18 ans ou plus en date du 26 novembre 2011. Tous les nageurs affiliés à une autre fédération que la FNQ (nageurs de l'extérieur du Québec) doivent s'assurer d'être couverts par l'assurance accident de leur fédération ou par une assurance privée, auquel cas ils devront présenter un certificat attestant cette couverture au moment de l'inscription.

Relais

Les membres d'une équipe de relais doivent appartenir à un même club et être dûment inscrits à la compétition. Les équipes de relais réunissant des nageurs de clubs différents ne peuvent concourir à moins d'une permission spéciale du directeur de rencontre. Elles le feront alors dans la catégorie « hors concours » et les temps des nageurs ne seront pas reconnus. Les équipes de relais peuvent être masculines, féminines ou mixtes. Une équipe de relais mixte est composée de deux hommes et de deux femmes, nageant dans n'importe quel ordre. Les cartes pour les épreuves de relais **n° 7, 4 x 50 m relais libre, et n° 8, 4 x 50 m relais QN**, devront être remises au commis de course au plus tard à la fin de l'épreuve **n° 3, soit le 50 m dos**. Les cartes pour l'épreuve de relais **n° 17, 4 x 200 m relais libre**, devront être remises au commis de course au plus tard à la fin de l'épreuve **n° 13, soit le 100 m dos**. Un athlète peut participer à une épreuve de relais qu'au sein d'une seule équipe relais.

Catégories d'âge

La catégorie d'âge de l'athlète est déterminée d'après son âge au 31 décembre 2011. Les groupes d'âge pour les épreuves individuelles sont constitués par tranches de 5 ans après la première tranche, qui va de 18 à 24 ans.

Le groupe d'âge d'une équipe de relais est déterminé en additionnant les âges au 31 décembre 2011, en années entières, des 4 membres de l'équipe. Les groupes d'âge pour les relais sont constitués par tranches de 40 ans après les deux premières tranches, qui vont de 72 à 99 ans et de 100 à 119 ans.

Épreuves individuelles :

18-24, 25-29, 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, etc.

Épreuves de relais (somme de l'âge des 4 membres) :

72-99, 100-119, 120-159, 160-199, 200-239, 240-279, etc.

Échauffement

Deux périodes d'échauffement ont été prévues. Un horaire sera imposé aux équipes participantes pendant les périodes officielles d'échauffement si l'affluence l'exige. Les règlements de SNC (édition révisée en 2009), le règlement sur la sécurité en bassin de natation de janvier 2009 de la FNQ ainsi que les procédures d'échauffement de SNC

(<https://www.swimming.ca/docs/Rulebook/2009-SNC-Rulebook-Appendix-D-Risk-Management-Warm-Up-Procedures-2009.pdf>) seront en vigueur durant la compétition. **Aucun saut ou plongeon ne sera permis pendant l'échauffement, sauf dans les couloirs désignés à cette fin. Les nageurs doivent entrer dans l'eau doucement, ayant toujours une main sur le pont de la piscine ou le trop-plein.**

Récompenses

Les récompenses seront remises pendant la soirée, le samedi 26 novembre 2011, au restaurant Steak Frites (1302, rue Ste-Catherine, Est, Montréal) ou envoyées par la poste. L'équipe ayant obtenu le plus haut pointage remportera la Coupe de Montréal des maîtres nageurs (un certificat tiendra lieu de trophée). On attribuera en outre des distinctions dans les catégories suivantes : l'équipe de six personnes ou plus ayant accumulé le plus grand nombre de points par personne ; le nageur ayant accumulé le plus grand nombre de points ; la nageuse ayant accumulé le plus grand nombre de points. Des étiquettes autocollantes seront imprimées sur place pour chaque performance méritant des points, sous réserve de vérification ultérieure des résultats. (Les étiquettes non réclamées ne seront pas envoyées par la poste après la compétition.)

Pointage

Épreuves individuelles

1^{re} place : 9 points ; 2^e : 7 pts ; 3^e : 6 pts ; 4^e : 5 pts ; 5^e : 4 pts ; 6^e : 3 pts ; 7^e : 2 pts ; 8^e : 1 pt.

Épreuves de relais

1^{re} place : 18 points ; 2^e : 14 pts ; 3^e : 12 pts ; 4^e : 10 pts ; 5^e : 8 pts ; 6^e : 6 pts ; 7^e : 4 pts ; 8^e : 2 pts.

Résultats

Les résultats des épreuves seront affichés sur le site Internet d'À Contre-Courant

(www.acontrecourant.qc.ca/fr/coupe) ainsi que sur le site de résultats canadiens de Natation

Canada (<https://www.swimming.ca/ListeDesCompetitions.aspx>) au plus tard 8 jours après la fin de la compétition.

INSCRIPTION – ATHLÈTES

La date limite officielle pour la réception des inscriptions est le **vendredi 11 novembre 2011 à minuit**. Les inscriptions reçues après cette date, toutefois, pourront encore être acceptées, tant que le comité organisateur n'aura pas établi, au moment qui lui conviendra, la liste des départs. Cela fait, la période d'inscription sera définitivement close. Toute nouvelle inscription pourra dès lors être acceptée le jour de la compétition, à la discrétion du directeur de rencontre, seulement pour compléter la première série d'une épreuve, s'il y a lieu, et à titre de participation « hors concours ». **La compétition sera limitée à 350 athlètes, la priorité étant accordée selon l'ordre d'arrivée des inscriptions, quel que soit le mode d'expédition utilisé.** Pour les

personnes de l'extérieur du Québec s'inscrivant par la poste, prévoir le délai de livraison postale. (Les équipes du Québec doivent obligatoirement s'inscrire en ligne au <https://www.swimming.ca/ListeDesCompetitions.aspx>, comme cela est indiqué ci-dessous.) Chaque athlète peut s'inscrire à un maximum de 5 épreuves individuelles et à une seule épreuve de 200 mètres, dans le style de son choix, (papillon, dos, brasse ou QNI), en plus des relais. Tout athlète qui n'aura pas acquitté les frais d'inscription se verra refuser de participer à ses épreuves.

Frais d'inscription

Les frais d'inscription sont fixés à 6,25 \$ par épreuve individuelle et à 9 \$ par équipe de relais. Cette somme ne couvre que la participation à la compétition elle-même. Comme le prévoient les règlements de la FNQ, le paiement des frais doit accompagner l'inscription, ceci afin de faciliter et d'accélérer le processus de l'accueil.


Le taux de change en vigueur pour les sommes en devises américaines sera de 1,00 \$ CA contre 0,96 \$ US. Tout paiement par chèque en devises américaines sera majoré de 2,50 \$ CA pour couvrir les frais de l'encaissement.

Politique d'annulation et de remboursement

Les athlètes qui, après s'être inscrits, se trouveront dans l'impossibilité de se présenter à la compétition devront aviser le registraire au plus tard le vendredi 11 novembre 2011 pour obtenir un remboursement complet. Les frais d'inscription seront facturés selon cette politique à toute personne qui s'inscrit sans envoyer de paiement, qu'elle se présente ou non à la compétition. Les substitutions ne pourront pas être acceptées.

Modalités d'inscription

Pour les équipes du Québec

- Le fichier Splash de la structure des épreuves (*.lxf) est accessible sur le site Internet d'À Contre-Courant (www.acontrecourant.qc.ca/fr/coupe) ou au <https://www.swimming.ca/ListeDesCompetitions.aspx>
- Les fichiers d'inscription (format Splash LXF) doivent obligatoirement être créés à l'aide du logiciel Splash Team Manager à partir du fichier des épreuves et déposés au <https://www.swimming.ca/ListeDesCompetitions.aspx> (cliquer sur l'icône  dans la colonne « Déposer entrées » après avoir sélectionné la bonne compétition).
- Le numéro d'affiliation pour la saison 2011-2012 de chacun des nageurs doit être indiqué dans votre Team Manager.

Pour les nageurs de l'extérieur du Québec

- Les inscriptions pourront être effectuées au moyen d'un fichier Hytek (format SDIF ou SD3) ou encore en remplissant les formulaires fournis en annexe et en les envoyant par la poste ou par télécopieur. Dans ce dernier cas, le paiement devra être posté.
- Le numéro d'affiliation pour la saison 2011-2012 de chacun des nageurs doit être indiqué dans la fiche d'inscription.
- Les nageurs souhaitant payer par chèque doivent imprimer le formulaire d'inscription et le faire parvenir avec leur chèque à l'adresse mentionnée ci-dessous.

À noter : Vous devez fournir une copie sur papier de toutes les inscriptions soumises en format électronique ainsi que les originaux des inscriptions envoyées par photocopieur. Le numéro d'affiliation de chaque nageur doit être indiqué sur le formulaire d'inscription (prière de vérifier l'exactitude du numéro).

Coordonnées

Registraire - Coupe de Montréal 2011
a/s de Monica Dunn
5709, rue Boyer, app. 25
Montréal (QC) H2S 2H7

Télécopieur : 514 990-2582

Courriel : coupe@acontrecourant.qc.ca

Les inscriptions seront confirmées de préférence par courriel. Si vous n'avez pas reçu de confirmation une semaine après votre inscription, veuillez nous contacter pour vous assurer que tout est en ordre.

Modalités d'inscription

À votre arrivée à la piscine, nous vous remettons une trousse d'accueil qui comprendra votre carte de nageur, le bulletin technique de la compétition ainsi que la procédure d'échauffement et les coordonnées pour la réunion des entraîneurs.

INSCRIPTION – OFFICIELS ET BÉNÉVOLES

Pour s'inscrire à titre d'officiel ou de bénévole, il suffit de signifier son intérêt de l'une des façons suivantes :

- Répondre à l'appel de recrutement qui vous sera adressé directement ;
- Composer le 514 990-2582 pour laisser votre nom et vos coordonnées à Jonathan Ouellet ;
- Écrire par courriel à coupe.officiels@acontrecourant.qc.ca ;
- Utiliser le formulaire prévu à cette fin qui se trouve sur le site Internet d'À Contre-Courant (www.acontrecourant.qc.ca/fr/coupe) et l'envoyer par la poste ou par télécopieur au registraire.

Nous aurons d'importants besoins en chronométrateurs. Chaque bénévole se verra offrir, pour sa participation, le repas du samedi matin (pour la session du matin) et du samedi midi (pour la session de l'après-midi).

Un courriel de confirmation sera envoyé à tous les bénévoles qui s'inscriront. L'attribution des postes sera envoyée par courriel le 21 novembre 2011 et affichée sur la page Web de la Coupe 2011 (www.acontrecourant.qc.ca/fr/coupe).

HÉBERGEMENT

Le comité organisateur offre également aux athlètes qui en feront la demande un gîte chez des athlètes ou des bénévoles locaux. Les personnes qui souhaitent recourir à ce service sont priées de remplir le formulaire approprié et de nous le faire parvenir dans les meilleurs délais. En général, les hôtes s'engagent à fournir l'hébergement du vendredi au dimanche.

Nous vous invitons enfin à encourager les hôtels commanditaires de la Fédération de natation du Québec (voir le www.fnq.qc.ca/ dans la section « Nos partenaires »).

On peut également visiter le site Internet de Tourisme Montréal, au www.tourisme-montreal.org, pour obtenir plus d'information sur le tourisme local. Il est possible d'y effectuer des recherches par catégorie d'hébergement, quartier et classification.

VOTRE VOYAGE À MONTRÉAL

Montréal est une ville internationale facilement accessible de partout !

L'aéroport Pierre-Elliott-Trudeau de Montréal est commodément situé près du centre-ville, où taxis, limousines, navettes et transports en commun permettent aux visiteurs de se rendre rapidement. Les services sont excellents et s'offrent en plusieurs langues.

Les trains s'arrêtent à la Gare centrale de Montréal, qui est située au centre-ville et reliée au métro (station Bonaventure) par un couloir piétonnier pratique.

Les visiteurs qui choisissent l'autocar descendent à la station de métro Berri-UQAM, qui constitue le cœur du métro montréalais. Cette station se trouve dans le Quartier latin, à mi-chemin du centre-ville et du Village gai.

En voiture, Montréal se situe à moins d'une journée de route de Toronto, de New York et de Washington, et à moins de 50 km de la frontière de l'État de New York. La I-87 devient l'autoroute 15, et la I-89 devient l'autoroute 133 avant de rejoindre l'autoroute 10 près de la frontière. Lorsqu'on arrive de Toronto, la 401 rejoint l'autoroute 20 pour se rendre au centre de Montréal. La signalisation routière est en français au Québec, et la limite de vitesse est exprimée en km/h (100 km/h = 62 m.p.h). L'essence se vend en litres (3,75 litres = 1 gallon US).

Le complexe Claude-Robillard est situé au 1000, avenue Émile-Journault. Il se trouve au nord du boulevard Métropolitain, entre les rues Saint-Hubert et Christophe-Colomb. Il est facilement accessible par le métro (station Crémazie, ligne orange), dont il n'est distant que de dix minutes à pied.

Pièces jointes à cette invitation

- Formulaire d'inscription à la compétition
- Formulaire d'inscription des officiels ou bénévoles