



**ARENA CHALLENGE DU PRINTEMPS Développement  
14-15 mars 2020**

*Bulletin technique*

**Directeurs de rencontre** Nicole Normandin et Sophie Morin

**Réunion des entraîneurs**

Il y aura une rencontre des entraîneurs le samedi 14 mars 2020, à 8h35 à la piscine, près du commis de course.

**CHANGEMENTS DANS L'HORAIRE DE SAMEDI PM**

**Échauffements : 13h30- 14h20/ Début : 14h30**

Il est interdit de porter des souliers de ville sur la plage de la piscine. Sandales/souliers intérieurs obligatoires pour tous.

Protégeons notre planète! Pensons "VERT" ! S.V.P. apporter votre gourde!

**ÉCHAUFFEMENTS**

La procédure de sécurité pour l'échauffement en compétition de Natation Canada sera appliquée à cette compétition

<https://www.swimming.ca/fr/procedures-de-securite-pour-lechauffement/>

**Le bassin de plongeon sera disponible en tout temps pour les dénagements**

S.v.p. Voir le tableau d'échauffement

**Période de modification pour l'ordre des nageurs de relais**

Les noms et l'ordre des nageurs de relais peuvent être modifiés jusqu'à 30 minutes avant le début de la session.

Entraîneurs : Les entraîneurs sont responsables de la présence des nageurs à leur épreuve. Nous demandons une personne de chaque club pour aider. Si le nageur n'est pas là il ne pourra pas nager

**DÉROULEMENT**

- Il y aura 3 sessions, soit :

Samedi AM : Échauffement: 7h45 et début 8h45  
Samedi PM : Échauffement: 13h30 et début 14h30  
Dimanche AM: Échauffement: 7h45 et début 8h45



- La compétition sera nagée 12 ans et moins, filles et garçons séparés dans deux bassins de 25m.
- Les épreuves seront nagées du plus lent au plus rapide. Finales contre la montre.
- Les résultats seront par groupe d'âge.
- Nous demandons aux nageurs de rester dans l'eau jusqu'au départ suivant, excepté pour les épreuves de dos.
- Aucune carte ne sera donnée aux nageurs, les chronométreurs auront la liste des départs en leur possession et une liste des départs sera affichée sur la piscine.
- Nous demandons aux entraîneurs d'adresser toutes requêtes liées à une disqualification aux juges arbitres concernés et toutes autres requêtes aux directeurs de rencontre.

---

### **ARENA CHALLENGE**

**Plus haut classement de points à l'addition des épreuves individuelles nagées par l'athlète**

**Médailles pour les 3 premiers du challenge par catégorie d'âge et par sexe.**

#### **Pointage :**

**1<sup>er</sup> 30 points, 2<sup>e</sup> 25 points, 3<sup>e</sup> 20 points, 4<sup>e</sup> 17 points, 5<sup>e</sup> 16 points, 6<sup>e</sup> 15 points, etc. 20<sup>e</sup> + = 1 point**

### **DIVERS**

Des surprises seront distribuées au hasard au son d'une cloche, aux gagnants de différentes séries. Les récompenses seront données sur place.

Des rafraîchissements, repas et du café seront disponibles pour les entraîneurs en dessous de l'escalier Nord et sur la piscine.

La liste de départ ainsi que les feuilles de relais seront disponibles à la table du commis de course.

Les résultats seront affichés sur les murs dans le corridor au niveau de la piscine.

Les résultats seront disponibles sur le site internet de CAMO natation :

Veuillez SVP verrouiller vos casiers.

**Ayons du plaisir !**



## **PROCÉDURES DE SÉCURITÉ POUR L'ÉCHAUFFEMENT EN COMPÉTITION [26 septembre 2016]**

Pour toutes les compétitions sanctionnées de natation canadienne, la direction de la compétition doit s'assurer que les procédures de sécurité sont appliquées. Les entraîneurs, nageurs et officiels sont responsables de respecter ces procédures pendant toutes les périodes d'échauffement prévues. On demande aux entraîneurs d'encourager les nageurs à coopérer avec les contrôleurs à la sécurité.

### **ÉCHAUFFEMENT :**

- Les nageurs doivent entrer dans l'eau de manière prudente **LES PIEDS EN PREMIER**, en entrant du côté des départs ou des virages seulement, d'une position debout ou assise.
- Courir sur le bord de la piscine ou entrer dans le bassin en courant est interdit.
- La direction peut désigner des couloirs de vitesse ou de rythme pendant la période d'échauffement. Une telle utilisation du couloir doit être communiquée par un avis pré compétition, une annonce ou une affiche sur le bord de la piscine.
- Il est permis de plonger dans les couloirs de vitesse désignés seulement. Seule la natation à sens unique est permise dans les couloirs de vitesse.
- Les piscines ayant les appuis de départ de dos pourront offrir un couloir pour les départs de dos. Ceci est à la discrétion du directeur de rencontre (ce n'est pas une procédure obligatoire s'il n'y a pas assez de couloirs disponibles pour le nombre de nageurs.)
- Des avis ou des barrières doivent être placés sur les plots de départ pour indiquer que les plongeurs sont interdits pendant l'échauffement.

### **ÉQUIPEMENT :**

- Les planches, les flotteurs de résistance, les élastiques aux chevilles et les tubas peuvent être utilisés pendant l'échauffement.
- Les palettes et les palmes sont permises dans le bassin d'échauffement secondaire seulement (le cas échéant). Ceci est à la discrétion du directeur de rencontre et recommandé pour les compétitions de haut niveau ou seniors.
- À sa discrétion, le directeur de rencontre peut permettre l'utilisation des tubes élastiques ou d'une corde d'assistance dans les couloirs spécifiés et à un moment précis de l'échauffement et selon l'espace disponible. Il est recommandé de seulement le permettre dans la piscine d'échauffement secondaire. Les entraîneurs sont responsables de la fiabilité et de l'utilisation de l'équipement. Ceci est recommandé pour les compétitions de haut niveau ou seniors.

### **INFRACTIONS :**

- Bien entendu, un certain niveau d'interprétation et de bon sens doit être employé à l'application de ces directives. Plonger dans une piscine inoccupée au début de l'échauffement n'est pas la même chose que de plonger dans une piscine bondée de nageurs. Le jugement et le contexte doivent être considérés.
- Les nageurs pris à plonger ou à entrer dans l'eau de façon dangereuse pourraient être retirés sans avertissement de leur première épreuve individuelle à la suite de l'échauffement, au cours duquel l'infraction s'est produite; les substituts de cette épreuve doivent être avisés si cette épreuve est une finale. Ils pourraient aussi recevoir un avertissement verbal. Ceux qui recevront un avertissement verront leur nom et leur club enregistrés auprès du directeur de rencontre
- Si une deuxième offense était constatée au cours de la même compétition, le nageur pourrait être retiré pour le reste de la compétition.

### **CONTRÔLEUR DE LA SÉCURITÉ :**

Les contrôleurs de la sécurité ont reçu une formation et ce poste est désigné par la direction de la compétition. Les contrôleurs de la sécurité doivent :

- Être visibles en portant une veste de sécurité
- Être situés à chaque extrémité du bassin de compétition et, lorsque c'est applicable, être situés de manière similaire dans les bassins d'échauffement désignés.
- Surveiller activement toutes les périodes prévues d'échauffement.
- S'assurer que les participants respectent les procédures de sécurité lors de l'échauffement et rapporter les infractions au juge-arbitre.

Selon le niveau de la compétition, les contrôleurs à la sécurité doivent travailler avec les entraîneurs et les nageurs pour s'assurer d'un environnement sécuritaire pendant l'échauffement. Cela peut inclure l'explication des règlements aux jeunes nageurs ou de démontrer ses préoccupations à l'entraîneur.

Le jugement, le tact et la confiance sont de guises et donc le contrôleur à la sécurité devrait être un officiel expérimenté.

### **AVIS À PROPOS DES PARANAGEURS :**

S'il y a lieu, on demande aux entraîneurs d'aviser les contrôleurs à la sécurité si des paranageurs participent à l'échauffement, ceci est à la discrétion de l'entraîneur.

La déclaration suivante doit apparaître dans toutes les troupes d'information des compétitions sanctionnées de Natation Canada et les avis affichés: