

PLONGEON

Invitation

Compétition régionale

Club de plongeon

Agami

9 & 10 MAI 2015



Bonjour à tous,

Le Club de plongeon Agami est heureux de vous inviter à notre compétition régionale qui aura lieu les 9 et 10 mai 2015 à la piscine de l'École internationale Lucille-Teasdale à Brossard.

Nous souhaitons la bienvenue aux athlètes de tous âges désirant vivre une expérience de compétition de niveau régional qui se déroulera dans une ambiance des plus amicales.

Vous trouverez ci-joint les informations relatives à cette compétition dont le succès ne dépend que de votre participation.

Bonne chance à tous les plongeurs,

Nicholas Lachance
Entraîneur-Chef
Club de plongeon Agami
514-688-5253
nick.lachance@hotmail.com



INFORMATIONS GÉNÉRALES

| | |
|--|--|
| Date: | 9 et 10 mai 2015 |
| Endroit : | Piscine de l'École internationale Lucille-Teasdale 8350 boul. Pelletier Brossard (QC) J4X 1M8 |
| Installations : | 2 tremplins de 1m 1 tremplin de 3m 1 tour de 5m |
| Gymnase : | Le gymnase ainsi que de l'équipement d'entraînement seront mis à la disposition des athlètes pour le réchauffement. |
| Directeur de la compétition : | Nicholas Lachance |
| Directeur technique de la compétition : | Isabelle Huot |
| Juge-arbitre de la compétition: | À déterminer |
| Date limite d'inscription : | Envoyer le formulaire d'inscription par courriel à nick.lachance@hotmail.com au plus tard le 20 avril 2015 . |

Date limite pour les listes de plongeurs

Les feuilles de plongeurs doivent être remplies électroniquement avec le « dive sheet generator » de REZMAN et envoyées via le logiciel au plus tard le **mercredi 6 mai 2015**. Veuillez également apporter une copie papier signée par l'athlète et nous la remettre au plus tard le matin de la compétition. Cette copie doit comprendre tous les changements apportés à la liste, et être initialée par le plongeur ou l'entraîneur.

Admissibilité : Les plongeurs ayant obtenu leur passeport sont exclus. Aucun surclassement ne sera permis.

Être membre en règle de Plongeur Québec avec affiliation minimale :

Plongeurs : Récréatif

Entraîneurs : Instructeur



| | |
|--------------------------|--|
| Catégorie d'âge : | Déterminée selon l'âge de l'athlète au 31 décembre 2015 Maîtres : 18 ans et plus |
| Frais : | Inscription : 20\$ par participant Épreuves: 20\$ pour la 1 ^{ère} et 2 ^{ème} épreuve 10 \$ pour la 3 ^{ème} épreuve |
| Paielement : | Par chèque à l'ordre du « Club de plongeon Agami » 7400 boul. Taschereau C.P. 92042 Brossard (QC) J4W 3K8 |
| Résultats : | Les résultats seront disponibles sur le site de Plongeon Québec quelques jours après la compétition. |
| Récompenses : | Médailles aux 3 premières positions Rubans aux 4 ^e , 5 ^e et 6 ^e positions |
| Nourriture : | Cantine pour les participants et spectateurs Dîner fourni pour les entraîneurs et officiels Aucune nourriture n'est admise au bord de la piscine et dans les vestiaires. |
| Souliers : | Seuls les entraîneurs et les officiels sont autorisés à porter des souliers propres au bord de la piscine. |
| Casiers : | Nul ne sera tenu responsable des objets perdus ou volés. |
| Stationnement : | Le stationnement de l'école sera disponible. |
| Kiosques : | Maillots de plongeon pour filles & garçons, bonbons et vêtements. |



HORAIRE

| | |
|-----------------|--------------------------------------|
| 7 h 00 à 7 h 30 | Échauffement à sec (hors de l'eau) |
| 7 h 30 à 8 h 30 | Pratique générale |
| 8 h 30 à 8 h 45 | Réunion des officiels et entraîneurs |
| 8 h 45 à 9 h 00 | Pratique réservée Épreuve 1 |

Samedi 9 mai 2015

| | 1 mètre | 3 mètres |
|--|----------------|----------------|
| 1 | Filles F-E | Garçon F-E |
| 2 | Garçon D | Filles D |
| Remise des médailles | | |
| 3 | Garçon C | Filles C |
| Dîner et pratique réservée épreuve 4 | | |
| 4 | Garçons B-A | Filles B-A |
| Remise des médailles | | |
| 6 | Maîtres Femmes | Maîtres Hommes |
| Remise des médailles et fin des épreuves | | |

Dimanche 10 mai 2015

| | 1 mètre | 3 mètres | 5 mètres |
|--|----------------|----------------|--------------------------|
| 1 | Garçons F-E | Filles F-E | |
| 2 | Filles D | Garçons D | |
| Remise des médailles | | | |
| 3 | Filles C | Garçons C | |
| Dîner et pratique réservée épreuve 4 | | | |
| 4 | Filles B-A | Garçon B-A | |
| Remise des médailles | | | |
| 5 | Maîtres Hommes | Maîtres Femmes | |
| 6 | | | Maîtres Hommes et Femmes |
| Remise des médailles et fin des épreuves | | | |

Il y aura une pratique réservée de 15 minutes avant chaque épreuve.

RÈGLEMENTS DE LA COMPÉTITION

| Catégories | Âge au 31-12-2014 | Plongeurs de base (avec limite) | Plongeurs optionnels (sans limite) | Total de plongeurs |
|------------|-------------------|---------------------------------|------------------------------------|--------------------|
| F | 7 ans et moins | 2 (max 3.0) | 1 | 3 |
| E | 8-9 ans | 2 (max 3.0) | 1 | 3 |
| D | 10-11 ans | 2 (max 3.0) | 2 | 4 |
| C | 12-13 ans | 2 (max 3.6) | 2 | 4 |
| B | 14-15 ans | 3 (max 5.4) | 2 | 5 |
| A | 16-18 ans | 3 (max 5.4) | 3 | 6 |
| Maîtres | 18 ans et plus | 0 | 5 | 5 |

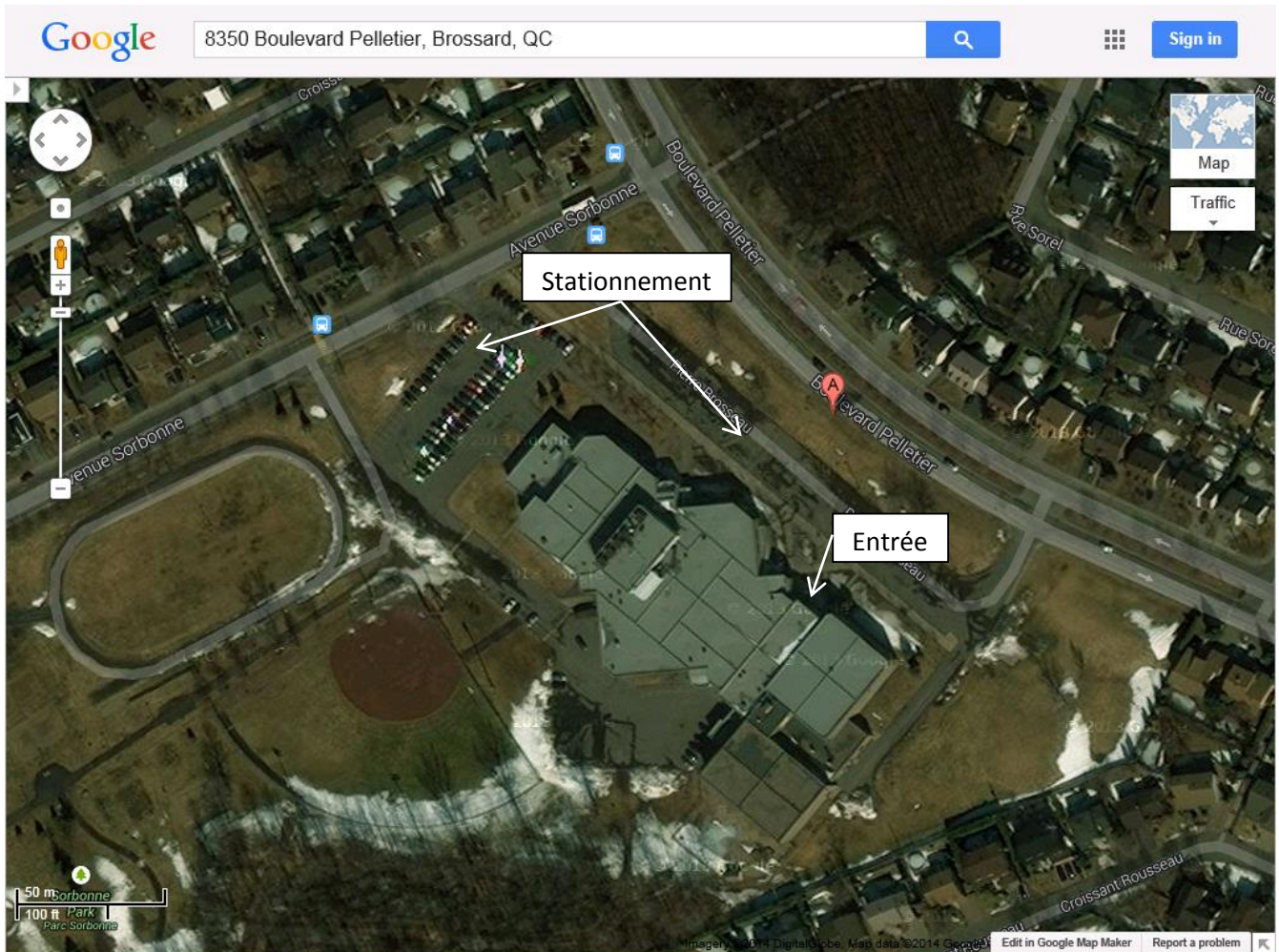
- Les plongeurs de base doivent être de familles différentes.
- Les plongeurs optionnels doivent être de familles différentes sauf pour les plongeurs de la catégorie des maîtres dont la seule contrainte est de présenter des plongeurs ayant des numéros différents.
- Les plongeurs optionnels doivent être de numéros différents de ceux des plongeurs de base.
- Les sauts (100 abc et 200 abc) et les chutes (101f et 201f) sont admis comme étant des plongeurs de familles et de numéros distincts.
- Les coefficients de difficulté sont les suivants :

| Plongeurs | Coefficients de difficulté |
|-----------|----------------------------|
| 100 abc | 0,5 |
| 200 abc | 0,5 |
| 101 f | 1,0 |
| 201 f | 1,1 |

Les coefficients de difficulté des autres plongeurs sont ceux de la FINA.

- En s'inscrivant à cet événement, l'athlète autorise à titre gracieux, conformément aux dispositions relatives au droit à l'image, le Club de Plongeon Agami à filmer les épreuves auxquelles il participe à l'unique fin de recrutement de talents par Plongeon Québec. Les bénéficiaires de la présente autorisation s'interdisent de procéder à une exploitation des images qui puisse porter atteinte à la vie privée ou à la réputation de la personne filmée dans tout contexte préjudiciable.

EMPLACEMENT



Par le Pont Champlain

Sortie 8 de l'autoroute 10 Est
Prendre l'embranchement à droite sur le boul. Taschereau Ouest
Tourner à droite sur le boul. Pelletier (au Tim Horton)

Par le Pont Victoria

Sortie vers l'autoroute 20 Ouest
Prendre l'embranchement pour l'autoroute 132 Ouest
Sortie 75 boul. Marie-Victorin
Tourner à gauche sur boul. de Rome
Tourner à droite sur boul. Pelletier

Par le Pont Jacques-Cartier

Suivre les indications pour l'autoroute 132 Ouest
Sortie 75 boul. Marie-Victorin
Tourner à gauche sur boul. de Rome
Tourner à droite sur boul. Pelletier

Par le Tunnel L.-H.-La Fontaine

Sortie 90 vers l'autoroute 20 Ouest
Continuer sur l'autoroute 132 Ouest
Sortie 75 boul. Marie-Victorin
Tourner à gauche sur boul. de Rome
Tourner à droite sur boul. Pelletier

À PROXIMITÉ

Restauration :

| | |
|-----------------------|-----------------------|
| Tim Hortons : | 8270 Boul. Taschereau |
| Casa Grecque: | 8245 Boul. Taschereau |
| Au Vieux Duluth: | 8055 Boul. Taschereau |
| Barbie's : | 7850 Boul. Taschereau |
| Boston Pizza: | 7733 Boul. Taschereau |
| La Belle Province: | 7650 Boul. Taschereau |
| Quiznos : | 7683 Boul. Taschereau |
| Pasta Tutti Giorni: | 7681 Boul. Taschereau |
| McDonalds: | 7450 Boul. Taschereau |
| Breakfast Club: | 7577 Boul. Taschereau |
| Eggsquis: | 6400 Boul. Taschereau |
| Rôtisserie St-Hubert: | 6325 Boul. Taschereau |
| Pacini: | 6400 Boul. Taschereau |
| Subway: | 6275 Boul. Taschereau |
| PFK: | 6445 Boul. Taschereau |
| Ben & Florentine: | 6835 Boul. Taschereau |

Hébergement:

| | |
|----------------------|-----------------------|
| Quality Inn & Suites | 6680 Boul. Taschereau |
| Days Inn | 8350 Boul. Taschereau |
| Econo Lodge | 8350 Boul. Taschereau |
| Comfort Inn South | 7863 Boul. Taschereau |
| Best Western Plus | 7746 Boul. Taschereau |