

Trousse d'information / Information package

Invitation Provinciale – Physique

Provincial Invitation - Lifesaving

8 février 2020 | February 8, 2020



Date : 8 février 2020

Lieu : Centre sportif de Gatineau, 850 boulevard de la Gappe, Gatineau, Québec J8T 7T7 (8 couloirs, 50 mètres pour les 15-18 ans et les seniors, 25 mètres pour les juniors)

Compétition : La compétition est sanctionnée par la Société de sauvetage – division du Québec. Les règlements des épreuves respecteront ceux contenus dans la dernière édition du Manuel Québécois de règlements du sauvetage sportif, du Manuel Canadien de règlement de sauvetage sportif et dans l'ILS *Competition Rule Book*. Les bulletins techniques publiés avant la compétition seront également en vigueur.

À noter que pour les juniors, certaines épreuves devront possiblement être tenues sans plots de départ dû à la configuration de la piscine. Pour les épreuves 15-18 ans et seniors, seules les épreuves de portage du mannequin seront peut-être être tenue sans plots de départ.

Groupes d'âges : Les 10 ans et moins (combinés), 11-12 ans (divisés par genre), 13-14 ans (divisés par genre), 15-18 ans (divisés par genre) et seniors (divisés par genre) seront présents. Les maîtres sont invités à s'inscrire dans la catégorie seniors.

Inscriptions : Les inscriptions doivent être reçues avant 21h le jeudi 30 janvier 2020. Aucun remboursement ou réduction n'aura lieu après le 30 janvier 2020 pour les clubs ou les athlètes annulant une inscription ou étant absents à la compétition. Les inscriptions tardives reçues après le 30 janvier 2020 pourraient être acceptées par le Comité organisateur moyennant une surprime de 50% des frais d'inscriptions et selon la disponibilité des couloirs et de la capacité de la Société de sauvetage de valider l'accréditation des athlètes. SVP noter qu'en cas de trop grands nombres d'inscriptions, **la priorité est donnée aux athlètes de la division du Québec jusqu'au 20 janvier 2020.**

Après cette date, toutes inscriptions reçues d'autres divisions/pays seront considérées au même titre que les inscriptions provenant de clubs du Québec jusqu'à l'atteinte du nombre maximal de participants par épreuves.

Pour inscrire votre club, veuillez écrire à info@cssgatineau.ca afin que nous vous fassions parvenir le fichier Excel associé à votre club pour faire les inscriptions. Veuillez prévoir un délai pouvant aller jusqu'à 48h pour recevoir ce fichier suite à votre demande.

Date: February 8, 2020

Location: Centre sportif de Gatineau, 850 de la Gappe Blvd, Gatineau, Québec J8T 7T7 (8 lanes, 50 metres for 15-18yo and seniors, 25 metres for youths)

Meet: This competition is sanctioned by the Quebec branch of the Lifesaving Society. All event rules are described in the latest edition of the Manuel Québécois de règlement du sauvetage sportif, the Canadian Competition Manual and the ILS Competition Rule Book. Technical bulletins published before the meet will also be used.

Note that for youths, some events might be conducted without the starting blocks due to swimming pool configuration. For 15-18yo and senior events, the mannikin carries might need to be conducted without starting blocks.

Age groups: 10yo and younger (combined), 11-12yo (by gender), 13-14yo (by gender), 15-18yo (by gender) and seniors (by gender) will be offered. Masters are invited to register with seniors.

Registration: All registrations must be received by 9:00pm on Thursday, January 30, 2020. After January 30, 2020, no refund or fee reduction will be provided to clubs/athletes who cancel their registration or are absent from the meet. Registrations received after January 30, 2020 may be accepted by the Organizing committee based on lane availability and on the Lifesaving Society's capacity to verify athletes' accreditation. Such registration will be subject to a 50% overcharge. Please note that if too many registrations are received, **Quebec registered athletes will have priority for entries done before January 20, 2020.** After this date, all entries received from other branches/countries will be given the same priority until all spots are taken.

To register your club, please email info@cssgatineau.ca so that we can send you the Excel spreadsheet associated to your club. Please expect a delay of up to 48 hours to receive the file following your request.

Frais d'inscriptions/Registration fees :

<u>Frais d'inscription d'un athlète</u> <u>Athlete registration fees</u>	<u>Frais d'inscriptions aux épreuves individuelles</u> <u>Individual event registration fees</u>	<u>Frais d'inscriptions aux relais</u> <u>Relays event registration fees</u>
6\$ chacun/each	2\$ par épreuve/per event	10\$ par équipe/per team (5\$ pour le lancer de la corde) (5\$ for lane throw)

Bénévoles de club : Nous invitons les personnes intéressées à aider à titre de bénévoles à nous écrire à info@cssgatineau.ca et à nous indiquer le(s) rôle(s) qu'ils aimeraient jouer. Veuillez également nous indiquer vos heures de disponibilités.

Clubs' volunteers: We invite individuals interested in volunteering to contact us at info@cssgatineau.ca, indicating which role they'd like to play and their availabilities.

**Invitation Provinciale – Physique
Horaire des activités**

**Provincial Invitation – Lifesaving
Schedule of events**

Samedi le 8 février 2020

Heure		
6 :45	Arrivée des athlètes 15-18 ans et seniors	15-18yo and Senior athletes arrival
7 :00	Réunion des capitaines et entraîneurs	Coaches and captains meeting
7 :10	Début de la période d'échauffement 15-18 ans et seniors (6 couloirs)	Beginning of the warm up period – 15-18 yo and seniors (6 lanes)
7 :55	Fin de la période d'échauffement	End of warm up period
8 :00	Marshalling de la première épreuve 15-18 ans et seniors	Marshalling for the first event – 15-18yo and seniors
8 :05	Début de épreuves 15-18 ans et seniors (8 couloirs) - Portage du mannequin sans palmes - Portage du mannequin avec palmes - Relais portage du mannequin - Sauveteur d'acier - Relais Medley	Beginning of 15-18 yo and senior events (8 lanes) - Mannikin carry without fins - Mannikin carry with fins - Mannikin relay - Super lifesaver - Medley relay
11 :30	Arrivée des athlètes juniors	Junior athletes arrival
11 :45	Réunion des capitaines et entraîneurs	Coaches and captains meeting
12 :15	Début de la période d'échauffement juniors (6 couloirs)	Beginning of the warm up period – juniors (6 lanes)
12 :45	Fin de la période d'échauffement	End of warm up period
12 :55	Marshalling de la première épreuve juniors	Marshalling of the first junior event
13 :00	Début des épreuves juniors (8 couloirs) - Nage avec obstacles - Lancer de précision/de la corde - Portage de mannequin sans palmes - Portage de mannequin avec palmes - Remorquage de mannequin - Sauveteur d'acier	Beginning of junior events (8 lanes) - Obstacles swim - Precision throw/lane throw - Mannikin carry without fins - Mannikin carry with fins - Mannikin tow - Super lifesaver
16 :45	Début de la 2 ^e période d'échauffement 15-18 ans et seniors (6 couloirs)	Beginning of the 2 nd warm up period – 15-18yo and seniors (6 lanes)
17 :30	Fin de la 2 ^e période d'échauffement	End of warm up period
17 :50	Marshalling de la 6 ^e épreuve 15-18 ans et seniors	Marshalling for the sixth event – 15-18yo and seniors
18 :00	Début du 2 ^e bloc d'épreuves seniors (8 couloirs) - Nage avec obstacles - Relais nage avec obstacles - Lancer de la corde - Remorquage du mannequin - Medley de sauvetage	Beginning of events (8 lanes) - Obstacle swim - Obstacle relay - Lane throw - Mannikin tow - Rescue medley
22 :00	Fin des épreuves	End of events

L'horaire est sujet à changement suivant la réception des inscriptions des clubs et sera confirmé le 5 février 2020.

The schedule is subject to changes following reception of club entries and will be confirmed February 5, 2020.