



ASSOCIATION DE NATATION LAC ST-LOUIS

1ère Rencontre Régionale d'Halloween Les 28 et 29 octobre 2017



C'est Halloween!

Nous voulons faire de

cette compétition un événement effrayant!

À cette fin, les nageurs et entraîneurs doivent porter un costume.

Chapeaux, perruques, masques et costumes faciles à enlever seraient le meilleur choix.

s'il vous plaît assurez-vous que

les nageurs ne portent pas de maquillage lourd ou
de peinture corporelle.

Attendez-vous à de la musique effrayante et à des friandises.

JOYEUSE HALLOWEEN!!



ANLSL Regional League

1st Regional Halloween Meet October 28th & 29th, 2017



It's Halloween!!!

We want to make this Competition extra Spooky!
In the spirit of Halloween, swimmers and coach must wear a costume.

Hats, wigs, masks and easy-to-remove costumes
would be the best choices.

please ensure swimmers
do not wear heavy makeup or body paint.

Expect scary music and treats.

No tricks, please.

HAPPY HALLOWEEN!

<p>Date Samedi 28 octobre et Dimanche 29 octobre 2017</p>	<p>Date Saturday, October 28th and Sunday, October 29th 2017</p>
<p>Horaire Deux Sessions Session 1 (après-midi): 14h00 Clubs seront confirmés suite aux inscriptions Session 2 (après-midi): 14h00 Clubs seront confirmés suite aux inscriptions</p> <p>L'heure du début du réchauffement et du début de la rencontre de chacune des sessions seront communiquées dans le bulletin technique au plus tard le lundi 23 octobre.</p>	<p>Schedule Two sessions Session 1 (PM): 2pm Teams will be confirmed following entries Session 2 (PM): 2pm Teams will be confirmed following entries</p> <p>The time for the warm-up and the first heat of each session will be shared in the technical report on Monday, October 23rd at the latest</p>
<p>Comité Directeur de rencontre Marie-Christine Potvin (514) 775-6564 Louise Amano (514) 692-2953 natation.calac@gmail.com</p> <p>Inscriptions/Entries Lyne Lebel (514) 891-6530 leblyn@gmail.com</p> <p>Officiels Louise Amano (514) 692-2953 Garry Dearn (514) 595-5555 natation.calac@gmail.com</p>	<p>Committee Meet Manager Marie-Christine Potvin (514) 775-6564 Louise Amano (514) 692-2953 natation.calac@gmail.com</p> <p>Inscriptions/Entries Lyne Lebel (514) 891-6530 leblyn@gmail.com</p> <p>Officials Louise Amano (514) 692-2953 Garry Dearn (514) 595-5555 natation.calac@gmail.com</p>
<p>Installations Deux bassins de 25 m, 6 couloirs chacun Gradins: 300 personnes</p>	<p>Facilities <i>Two 25 m Pools, 6 lanes each</i> <i>Bleachers: 300 people</i></p>
<p>Règlements Voir le profil organisationnel ANLSL ci- joint.</p>	<p>Rules See the attached ANLSL structural outline</p>
<p>Admissibilité Les nageurs/nageuses doivent être membres d'un club de la région « Lac St- Louis » et être inscrits compétitifs avec la Fédération de natation du Québec. Les nageurs de 11-12 ans qualifiés « Provincial » et les nageurs de 13 ans et plus qualifiés « AA » ou plus rapides ne sont pas admissibles.</p>	<p>Eligibility Swimmers must be members of a club of the Lac St-Louis Region and registered “Competitive” with the Fédération de natation du Québec. Swimmers, 11-12 years old who are qualified « Provincial » and swimmers 13 years old and over who are qualified « AA » or faster, are not eligible.</p>

Catégories d'âge	Age Categories							
<p>IMPORTANT: L'âge du nageur est déterminé par son âge à la première journée de compétition, c'est-à-dire le samedi 28 octobre 2017.</p> <p><u>Filles et Garçons</u> 8 ans et moins 9 - 10 ans 11 ans et plus</p> <p>Nageurs OSQ: Ouvert</p>	<p>IMPORTANT: the age of the swimmer is determined by his/her age on the first day of the meet (i.e. Saturday, October 28th, 2017).</p> <p><u>Girls and Boys</u> 8 and Under 9 -10 years old 11 years and over</p> <p>OSQ swimmers: Open</p>							
<p>Nombre maximum d'épreuves permises</p> <p>Tous les nageurs inscrits à cette compétition participent à chacune des épreuves obligatoires. Les nageurs peuvent participer au nombre d'épreuve optionnelle à la discrétion de l'entraîneur.</p>	<p>Maximum Number of Events Allowed</p> <p>All swimmers participating in this meet must swim all mandatory events. Swimmers may swim optional events at the discretion of the coach.</p>							
<table border="1" style="width:100%; text-align:center;"> <tr> <td style="width:33%;">8 ans et moins 8 and under</td> <td style="width:33%;">9-10 ans 9-10 years old</td> <td style="width:33%;">11 ans et plus 11 years old and over</td> </tr> </table>			8 ans et moins 8 and under	9-10 ans 9-10 years old	11 ans et plus 11 years old and over			
8 ans et moins 8 and under	9-10 ans 9-10 years old	11 ans et plus 11 years old and over						
<table border="1" style="width:100%;"> <tr> <td style="width:33%; vertical-align:top;"> <u>3 obligatoires / mandatory</u> 25m Torpille dos /Torpille back 25m Libre / Free 25m Dos / Backstroke </td> <td style="width:33%; vertical-align:top;"> <u>3 obligatoires / mandatory</u> 25m Torpille dos /Torpille back 50m Libre / Free 50m Dos / Backstroke </td> <td style="width:33%; vertical-align:top;"> <u>1 obligatoire / mandatory</u> 50m Libre / Free </td> </tr> <tr> <td style="vertical-align:top;"> <u>1 optionnelle / optional</u> 50m Libre / Free 100m QNI / IM </td> <td style="vertical-align:top;"> <u>1 optionnelle / optional</u> 100m Libre / Free 100m Brasse / Breastroke 100m QNI / IM </td> <td style="vertical-align:top;"> <u>2 optionnelles / optional</u> 100m Libre / Free 100m Dos/ Backstroke 100m Brasse / Breastroke 100m QNI / IM </td> </tr> </table>			<u>3 obligatoires / mandatory</u> 25m Torpille dos /Torpille back 25m Libre / Free 25m Dos / Backstroke	<u>3 obligatoires / mandatory</u> 25m Torpille dos /Torpille back 50m Libre / Free 50m Dos / Backstroke	<u>1 obligatoire / mandatory</u> 50m Libre / Free	<u>1 optionnelle / optional</u> 50m Libre / Free 100m QNI / IM	<u>1 optionnelle / optional</u> 100m Libre / Free 100m Brasse / Breastroke 100m QNI / IM	<u>2 optionnelles / optional</u> 100m Libre / Free 100m Dos/ Backstroke 100m Brasse / Breastroke 100m QNI / IM
<u>3 obligatoires / mandatory</u> 25m Torpille dos /Torpille back 25m Libre / Free 25m Dos / Backstroke	<u>3 obligatoires / mandatory</u> 25m Torpille dos /Torpille back 50m Libre / Free 50m Dos / Backstroke	<u>1 obligatoire / mandatory</u> 50m Libre / Free						
<u>1 optionnelle / optional</u> 50m Libre / Free 100m QNI / IM	<u>1 optionnelle / optional</u> 100m Libre / Free 100m Brasse / Breastroke 100m QNI / IM	<u>2 optionnelles / optional</u> 100m Libre / Free 100m Dos/ Backstroke 100m Brasse / Breastroke 100m QNI / IM						
<p>Définition du 25m Torpille Dos (streamline sur le dos):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aucune aide flottante permise. • Le départ se fait dans l'eau. • Les mains doivent rester ensemble au-dessus de la tête sur la longueur de 25 m 		<p>Definition of the 25m Torpille Back (i.e. Streamline on back):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Access to a floating device is not accepted • Swimmers start in the water • Both hands must be kept together above the head for the entire 25m 						
<p>Frais d'inscription (non-remboursable)</p> <p>21,50\$ frais d'inscription <u>3,50\$ frais de participation de la FNQ</u> 25,00\$ total par nageur</p> <p>Votre chèque (\$25 par nageur), libellé à l'ordre de CALAC doit être remis au commis de course avant le 1^{er} départ de la rencontre.</p>		<p>Fees (non-refundable)</p> <p>\$21.50 Registration fee <u>\$ 3.50 FNQ participation Fee</u> \$25.00 total per swimmer</p> <p>Your cheque (\$25 per swimmer), made payable to CALAC, must be submitted to the Clerk of Course before the first start of the meet.</p>						

Inscriptions	Entries
<p>Veuillez utiliser le logiciel SPLASH TEAM MANAGER pour préparer vos inscriptions. Téléchargez le fichier des épreuves .lxf du site de SNC: www.swimming.ca/ListeDesCompetitions.aspx Chaque club est responsable de vérifier la validité de ses données avant de déposer le fichier d'inscription en ligne. Déposez votre fichier d'inscription .lxf (SPLASH) sur le site web de Natation Canada. Une « Confirmation d'inscription » vous sera envoyée par courriel.</p> <p><u>Aucune inscription « no time » (NT) ne sera acceptée. Étant donné que tous les nageurs devront être inscrits avec un temps, SVP mettre votre meilleur estimé de temps pour tous les nageurs nageant l'épreuve pour la première fois.</u></p>	<p>Please use the SPLASH TEAM MANAGER software to prepare your entries. Download the .lxf event file from SNC's Meet List website: http://www.swimming.ca/MeetList.aspx It is the responsibility of each club to check the validity of their data before uploading their entry file online. Upload your .lxf entry file (SPLASH) on the Swimming Canada Meet List website. You will receive an e-mail with your « Confirmation of Entries ».</p> <p><u>Entries indicated as « No Time » will not be accepted. Since all swimmers must have a time, please provide your best time estimate for swimmers who have not yet swam an event.</u></p>
<p>IMPORTANT</p> <p>Date Limite pour soumettre les inscriptions: Lundi, le 16 octobre Envoi des confirmations aux Clubs: Mercredi, le 18 octobre Date limite pour corriger les confirmations: Vendredi, le 20 octobre</p> <p><u>Aucun changement ne sera accepté après le vendredi 20 octobre (minuit).</u></p> <p>Les inscriptions tardives ou sur le bord de la piscine seront acceptées aux conditions suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Faites au plus tard 30 minutes avant le début de la session • l'inscription est présentée avec le nom, la date de naissance et le #SNC du nageur • il y a de l'espace dans un couloir et dans une série existante • Aucune nouvelle série ne sera ajoutée. • Il y aura des frais de 50\$ par nageur pour toute inscription tardive (après le 20 octobre). 	<p>IMPORTANT</p> <p>Deadline to submit entries: Monday, October 16th Confirmation of entries sent to Clubs Wednesday, October 18th Deadline to modify the entries: Friday, October 20th</p> <p><u>No Changes to the entries will be accepted after Friday October 20th (midnight).</u></p> <p>Late or deck entries will be accepted provided that:</p> <ul style="list-style-type: none"> • made no later than 30 minutes before the start of the session • must be presented with the swimmer's name, date of birth and SNC # • there is space in a lane and in an existing heat. • No new heats will be added. • There will be a fee of 50\$ per swimmer for a late or deck entry (after October 20th)

<p>PROCÉDURE D'ÉCHAUFFEMENT</p> <p>La politique d'échauffement de la SNC sera en vigueur.</p> <p>La politique de la SNC peut être consultée en cliquant le lien suivant.</p> <p>https://www.swimming.ca/content/uploads/2015/06/procedures-de-securite-pour-lechauffement-en-competition-de-natation-canada-26-septembre-2016.pdf</p>	<p>WARM UP PROCÉDURE</p> <p>The SNC warm up procedure will be followed.</p> <p>The SNC policy can be found at the following address :</p> <p>https://www.swimming.ca/content/uploads/2015/06/procedures-de-securite-pour-lechauffement-en-competition-de-natation-canada-26-septembre-2016.pdf</p>
<p>Retraits</p> <p>Nous apprécierions recevoir vos retraits avant le mercredi 25 octobre par courriel au directeur de rencontre. Suivant cette date, tout autre retrait devra être remis par écrit au commis de course pendant l'échauffement ou au plus tard 30 minutes avant le premier départ de la session.</p>	<p>Scratches</p> <p>We would appreciate receiving any scratches by Wednesday, October 25th by email to the Meet manager. After this date, scratches must be submitted in writing to the Clerk of Course during the warm-up period or at least 30 minutes before the 1st start of the session</p>
<p>Officiels</p> <p>Tous les clubs sont responsables de fournir un certain nombre d'officiels, selon les détails notés au profil organisationnel ANLSL.</p> <p>Date limite pour soumettre le nom de vos officiels: vendredi le 20 octobre 2017</p>	<p>Officials</p> <p>All clubs are responsible for bringing a certain number of officials, as per the details in the ANLSL structural outline.</p> <p>Deadline for submitting your list of officials: Friday, October 20th 2017.</p>
<p>Résultats & Récompenses</p> <p>Les résultats seront disponibles sur le site de SNC et sur l'application SPLASH ME.</p> <p>Des rubans de « Félicitations Position hydrodynamique réussie » seront remis aux nageurs qui auront effectué un mouvement de jambes propulsifs sous l'eau sur une distance de 5m au départ des épreuves de dos (l'épreuve torpille n'est pas incluse).</p>	<p>Results & Awards</p> <p>The results will be posted on SNC website and on SPLASH ME.</p> <p>« Félicitations position hydrodynamique réussie » ribbons will be awarded to swimmers who complete, while streamlining, 5m underwater propulsion kick at the start of the back (the torpille event is excluded).</p>



LIGUE DE DÉVELOPPEMENT RÉGIONAL

Session 1 – Samedi 28 octobre 2017 en après-midi

Échauffement: 14h00

Session 2 – Dimanche 29 octobre 2017 en après-midi

Échauffement: 14h00

#	Épreuve	Groupe d'âge
1	25 m Torpille dos	8 ans et moins
2	25m Torpille dos	9-10 ans
3	25m libre	8 ans et moins
4	50m libre	9-10 ans
5	50m libre	11 ans et plus
6	25m dos	8 ans et moins
7	50m dos	9-10 ans
8	100m dos	11 ans et plus
9	50m Libre	8 ans et moins
10	100m libre	9-10 ans
11	100m libre	11 ans et plus
12	100m QNI	8 ans et moins
13	100m QNI	9-10 ans
14	100m QNI	11 ans et plus
15	100m brasse	9-10 ans
16	100m brasse	11 ans et plus



ANLSL REGIONAL DEVELOPMENT LEAGUE

**Session 1 – Saturday, October 28th 2017, afternoon session
warm-up: 2pm**

**Session 2 – Sunday, October 29th 2017, afternoon session
warm-up: 2pm**

#	Event	Age group
1	25 m Torpille back	8 years and under
2	25m Torpille back	9-10 years
3	25m freestyle	8 years and under
4	50m freestyle	9-10 years
5	50m freestyle	11 years and older
6	25m backstroke	8 years and under
7	50m backstroke	9-10 years
8	100m backstroke	11 years and older
9	50m freestyle	8 years and under
10	100m freestyle	9-10 years
11	100m freestyle	11 years and older
12	100m IM	8 years and under
13	100m IM	9-10 years
14	100m IM	11 years and older
15	100m breaststroke	9-10 years
16	100m breaststroke	11 years and older

ASSOCIATION DE NATATION LAC ST-LOUIS



LIGUE DE DÉVELOPPEMENT Profil organisationnel

OBJECTIF

Offrir un environnement compétitif agréable pour nageurs et nageuses novices et développement régionaux.

DURÉE DE LA RENCONTRE

Un maximum de 3.5 heures incluant l'échauffement.

RÈGLEMENTS ANLSL

Les règlements de la SNC concernant la sécurité pendant l'échauffement seront en vigueur.

Aucune disqualification ne sera émise lors des 3 premières rencontres - seuls les avertissements, à l'exception de circonstance extrême déterminée par les officiels. Les disqualifications seront émises à partir de la 4^e rencontre.

Tous les entraîneurs sont encouragés et doivent assister les officiels au processus de disposition afin d'assurer une compétition efficace et rapide.

OFFICIELS

Tous les clubs sont responsables de fournir des officiels et de transmettre leurs noms au club hôte et au **coordonnateur de la ligue au moins une semaine avant l'événement**. Le club hôte devra communiquer le statut des officiels au coordonnateur de la ligue, qu'il soit positif ou négatif.

***** AFIN DE PRÉVOIR UNE SAISON RÉUSSIE, TOUS LES CLUBS RÉGIONAUX PARTICIPANTS DOIVENT CONTRIBUER À LA TENUE DES COMPÉTITIONS RÉGIONALES. *****

LAC ST-LOUIS SWIMMING ASSOCIATION



DEVELOPMENT LEAGUE Structural Outline

THE GOAL

To provide a fun and competitive environment for novice and regional development swimmers.

DURATION OF THE COMPETITION

Maximum 3.5 hours including the warm-up.

ANLSL DESIGNATED RULES

SNC rules pertaining to safety during warm-up will still be enforced.

No disqualifications will be issued during the first 3 meets, only warnings, with the exception in extreme cases to be determined by the officials.

Disqualifications will be issued starting from the 4th meet.

All coaches are encouraged and expected to help officials with the marshalling process, to ensure a quick and efficient competition.

OFFICIALS

All clubs are responsible for supplying officials and communicating their names to the host club and the **league coordinator at least 1 week prior to the meet**. The host club should communicate with the league coordinator regarding the status of officials, be it positive or negative.

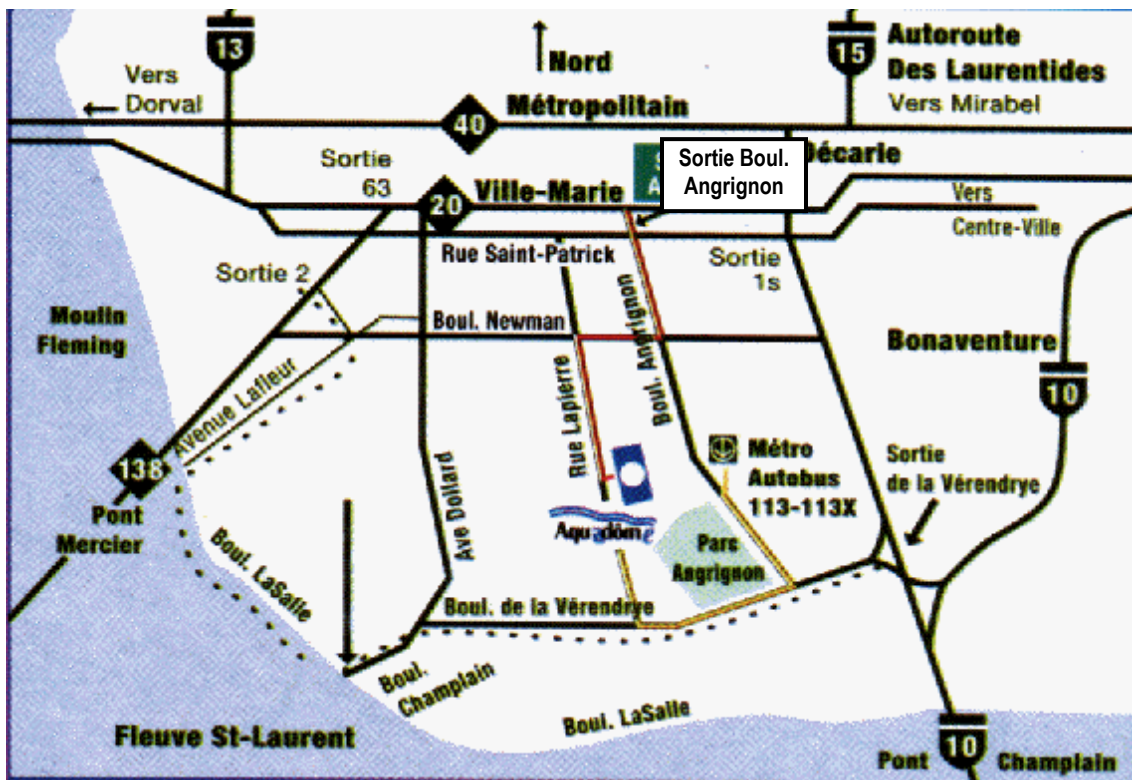
***** ALL PARTICIPATING REGIONAL CLUBS ARE EXPECTED TO CONTRIBUTE IN THE RUNNING OF THESE REGIONAL COMPETITIONS, TO ENSURE A SUCCESSFUL SEASON. *****

Comment se rendre à l'Aquadôme (514-367-6460):

L'Aquadôme est situé juste à côté du CEGEP ANDRE-LAURENDEAU, 1411, rue Lapierre, au nord du boulevard de la Vérendrye.

En automobile: suivez l'autoroute 20 et prendre la sortie Angrignon. Après le centre d'achats Angrignon, tourner à droite sur le boulevard Newman, puis ensuite à gauche sur la rue Lapierre. La piscine est à gauche OU sur l'autoroute 15, prendre la sortie de la Vérendrye jusqu'à la rue Lapierre (2ième rue après le parc Angrignon). Juste après le CEGEP, tourner à droite. Stationnement gratuit.

En métro et autobus: Du métro Angrignon, prenez l'autobus 113 qui passe devant l'Aquadôme.



How to reach the Aquadôme (514-367-6460):

The Aquadôme is situated beside the ANDRE-LAURENDEAU CEGEP, 1411 Lapierre Street north of de la Vérendrye boulevard.

By car: take highway 20 and get off at Angrignon. Turn right onto Newman Boulevard after the mall, and then left on Lapierre Street until you reach the Aquadôme OR From highway 15 take exit de la Vérendrye until Lapierre (two streets past Angrignon Park). After the CEGEP, turn right into the Aquadôme parking lot. Free parking.

By metro & bus: From the Angrignon Metro, the 113 bus takes you right to the pool.