

# INVITATION

## Compétition régionale

Le 21 mai 2022

à la Piscine Édouard-Dubord  
de Victoriaville

*Club de plongeon des Bois-Francs*

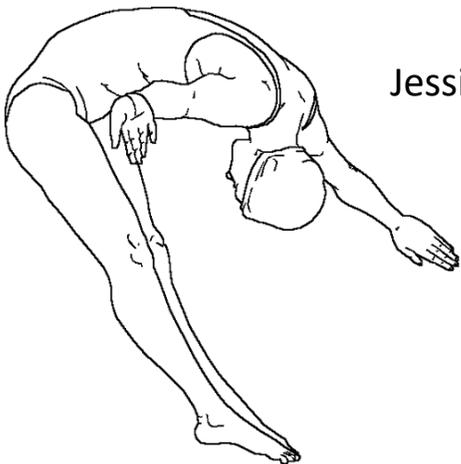


Chers plongeurs, entraîneurs, parents,

Après deux ans d'attente, le club de plongeon des Bois-Francis est fier de vous inviter à sa compétition régionale qui aura lieu le samedi 21 mai 2022. Cet événement se veut amical afin de donner une belle expérience de compétition et de développement à tous les plongeurs du Centre-du-Québec et des environs. Ce sera l'occasion idéale pour les jeunes plongeurs (ou les moins jeunes qui débutent) de vivre une première expérience de compétition.

Le succès de cet événement dépend de votre participation, nous vous attendons donc en grand nombre.

Vous trouverez ci-joint les informations relatives à cette compétition.



Charlotte Moreau, Entraîneur-chef

Jessie Labrecque, directrice de compétition

**Date** : samedi 21 mai 2022

**Endroit** : Piscine Édouard-Dubord  
500 boulevard Jutras Est, Victoriaville, Qc, G6P 0E4

**Installations et équipement** : 1 tremplin de 1m  
1 tremplin de 3m

**Directeur de la compétition** : Jessie Labrecque

**Directeur technique de la rencontre** : Charlotte Moreau

**Juge arbitre** : À déterminer

**Date limite d'inscription** : Au plus tard le 10 mai 2022 par courriel à  
l'adresse [charlotte.moreau19@gmail.com](mailto:charlotte.moreau19@gmail.com).

**Date limite pour envoyer les listes** :

Les feuilles de plongeon doivent être remplies électroniquement (REZMAN ou via courriel accepté) et envoyé au Club de plongeon des Bois-Francis à l'adresse [charlotte.moreau19@gmail.com](mailto:charlotte.moreau19@gmail.com) avant le **16 mai 2022, à minuit**.

**Règlements** : Manuels des règlements de la FINA de l'A.C.P.A. et de la F.P.A.Q. \* Chutes et sauts acceptés  
Voir règlements spécifiques et degrés de difficulté

**Frais pour la compétition** : 40\$

**Rabais** : 35\$ pour un 2<sup>e</sup> enfant d'une même famille.  
30\$ pour un 3<sup>e</sup> enfant d'une même famille.

**Paiement** : SVP faire les chèques à l'ordre du Club de plongeon des Bois-Francis, en un seul paiement par club.

**Résultats** : Les résultats seront disponibles sur le site web de Plongeon Québec quelques jours après la compétition.

**Récompenses** : Des médailles seront remises aux 3 premières positions.

**Frais de retard** : À moins d'une raison valable et justifiée auprès du comité organisateur, des frais de retard de **40\$** seront chargés au club pour des inscriptions ou des listes reçues en retard.

**Consignes sanitaires** : Les consignes sanitaires en vigueur au moment de la compétition seront appliquées.

## RÈGLEMENTS DE COMPÉTITION

CATÉGORIE D'ÂGE	ANNÉE DE NAISSANCE	NOMBRE DE BASES ET LIMITE DE D.D.			NOMBRE D'OPTIONNELS	TOTAL
			1M	3M		
F (7 ANS ET -)	2015 ET +	2	1.6	1.6	1	3
E (8-9 ANS)	2013-2014	2	2.1	2.1	1	3
D (10-11 ANS)	2011-2012	2	3.7	3.8	2	4
C (12-13 ANS)	2009-2010	2	3.7	3.8	2	4
B (14-15 ANS)	2007-2008	3	5.4	5.7	2	5
A (16-18 ANS)	2004-2006	3	5.4	5.7	2	5

La catégorie est déterminée par l'âge de l'athlète au 31 décembre de l'année de référence de la compétition (2022).

Exclusions : Les plongeurs ayant obtenu leur passeport niveau espoir.

### RÈGLEMENTS SPÉCIFIQUES :

PLONGEURS	DEGRÉ DE DIFFICULTÉ
100 A / B / C	0.5
200 A / B / C	0.5
101F (CHUTE AVANT)	1.0
201F (CHUTE ARRIÈRE)	1.1
001C (CHUTE AVANT GROUPÉ AU 3M)	1.0
002C (CHUTE ARRIÈRE GROUPÉ AU 3M)	1.1
101A ET 201A	MÊME DD QUE 101C ET 201C
AUTRES PLONGEURS	DD FINA

### SPÉCIFICATIONS :

- Les plongeurs avec et sans limite de D.D. doivent être de familles différentes.
- Les chutes avant et les chutes arrière sont considérées comme étant des départs de familles différentes.
- Un saut peut être répété, mais dans une position différente de même que les chutes au 3m.
- Pour les sauts, l'entrée à l'eau peut se faire bras en haut ou en bas, l'important étant de démontrer le contrôle du saut.
- Toute aide physique ou verbale donnée au plongeur sera jugée en fonction de l'aide reçue et une pénalité de 2 points par juge sera faite.

## **HORAIRE PROVISOIRE DE COMPÉTITION**

8h	Arrivée + échauffement à sec
8h30	Pratique générale
8h30	Heure limite pour remettre les feuilles de plongeon
9h	Réunion des entraîneurs et des officiels
9h45	Pratique réservée pour la première épreuve
10h00	Début des épreuves

Épreuve #	1m	3m
<b>Pratique réservée 15 min</b>		
1)	Filles et Gars F	Filles et Gars E
<b>Pratique réservée 15 min</b>		
2)	Fille et Gars D	Filles et Gars C
<b>Pratique réservée 15 min</b>		
3)	Filles et Gars E	Fille et Gars F
<b>Pratique réservée 15 min</b>		
4)	Filles et Gars C	Fille et Gars D
<b>Remise des médailles + 15 minutes de pratique réservée</b>		
5)	Filles et Gars B	Filles et Gars A
<b>Pratique réservée 15 min</b>		
6)	Filles et Gars A	Filles et Gars B
<b>Remise des médailles + fin de la compétition</b>		

L'horaire est sujet à changement selon les inscriptions. Un horaire détaillé vous sera acheminé quelques jours avant la compétition.

## POUR SE RENDRE À LA PISCINE ÉDOUARD-DUBORD DE VICTORIAVILLE

1. Prendre l'autoroute 20 E vers Québec
2. Prendre la sortie 210 pour rejoindre autoroute 955 S en direction de St-Albert/Victoriaville/Warwick
3. Tourner à gauche sur Route 122 E/QC-122 E
4. Tourner à droite sur Boulevard Jutras O
5. Tourner à gauche pour vous rendre à la piscine au 500 boul. Jutras E (devant le Canadian Tire)

