PLONGEON

Invitation

Compétition régionale

Club de plongeon

Agami

PLONGEON AGAMI

20 & 21 AVRIL 2019

brossard

Bonjour à tous,

En collaboration avec la ville de Brossard, le Club de plongeon Agami est heureux de vous inviter à notre compétition régionale qui aura lieu les 20 et 21 avril 2019 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
Entraineur-Chef
Club de plongeon Agami
514-688-5253
nick.lachance@hotmail.com

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Date:	20 et 21 avril 2019
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
Directrice technique de la compétition :	Alexandra Girard
Juge-arbitre de la compétition:	Valérie Lortie
Date limite d'inscription :	Envoyer le formulaire d'inscription par courriel à nick.lachance@hotmail.com au plus tard le **8 avril 2019**.

Date limite pour les listes de plongeons

Les feuilles de plongeons doivent être envoyées par courriel à nick.lachance@hotmail.com au plus tard le **mercredi 17 avril 2018**.

Admissibilité :		Les plongeurs ayant obtenus leur passeport sont exclus. Aucun surclassement ne sera permis. Être membre en règle de Plongeon Québec avec affiliation minimale : • Plongeurs : Récréatif • Entraîneurs : Instructeur
Catégorie d'âge :		Déterminée selon l'âge de l'athlète au 31 décembre 2019 Maîtres : 18 ans et plus
Frais :	Inscription : Épreuves:	20$ par participant 20$ pour la 1ère et 2ème épreuve 10 $ pour la 3ème épreuve
Paiement :		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 4e, 5e et 6e positions
Nourriture :		Cantine pour les participants et spectateurs Dîner fourni pour les entraîneurs et officiels Dîner payant offert aux spectateurs 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.

HORAIRE

7 h 30 à 8 h 00	Échauffement à sec (hors de l'eau)
8 h 00 à 9 h 00	Pratique générale
9 h à 9 h 15	Réunion des officiels et entraîneurs
9 h 15 à 9 h 30	Pratique réservée Épreuve 1

Samedi 20 avril 2019

	1 mètre	3 mètres
1	Filles F-E	Garçon F-E
2	Garçon D	Filles D
Remise des médailles		
3	Garçon C	Filles C
Remise des médailles		
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 21 avril 2019

	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	
Remise des médailles			
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 ou 20 minutes avant chaque épreuve. Le dîner pourra être déplacé au besoin en fonction du déroulement de la journée.

RÈGLEMENTS DE LA COMPÉTITION

Catégories	Âge au 31-12-2018	Plongeons de base (avec limite)	Plongeons optionnels (sans limite)	Total de plongeons
F	7 ans et - (2012 et +)	2 (max 3.0)	1	3
E	8-9 ans (2010-2011)	2 (max 3.0)	1	3
D	10-11 ans (2008-2009)	2 (max 3.0)	2	4
C	12-13 ans (2006-2007)	2 (max 3.6)	2	4
B	14-15 ans (2004-2005)	3 (max 5.4)	2	5
A	16-18 ans (2001 à 2003)	3 (max 5.4)	3	6
Maîtres	18 ans et plus	0	5	5

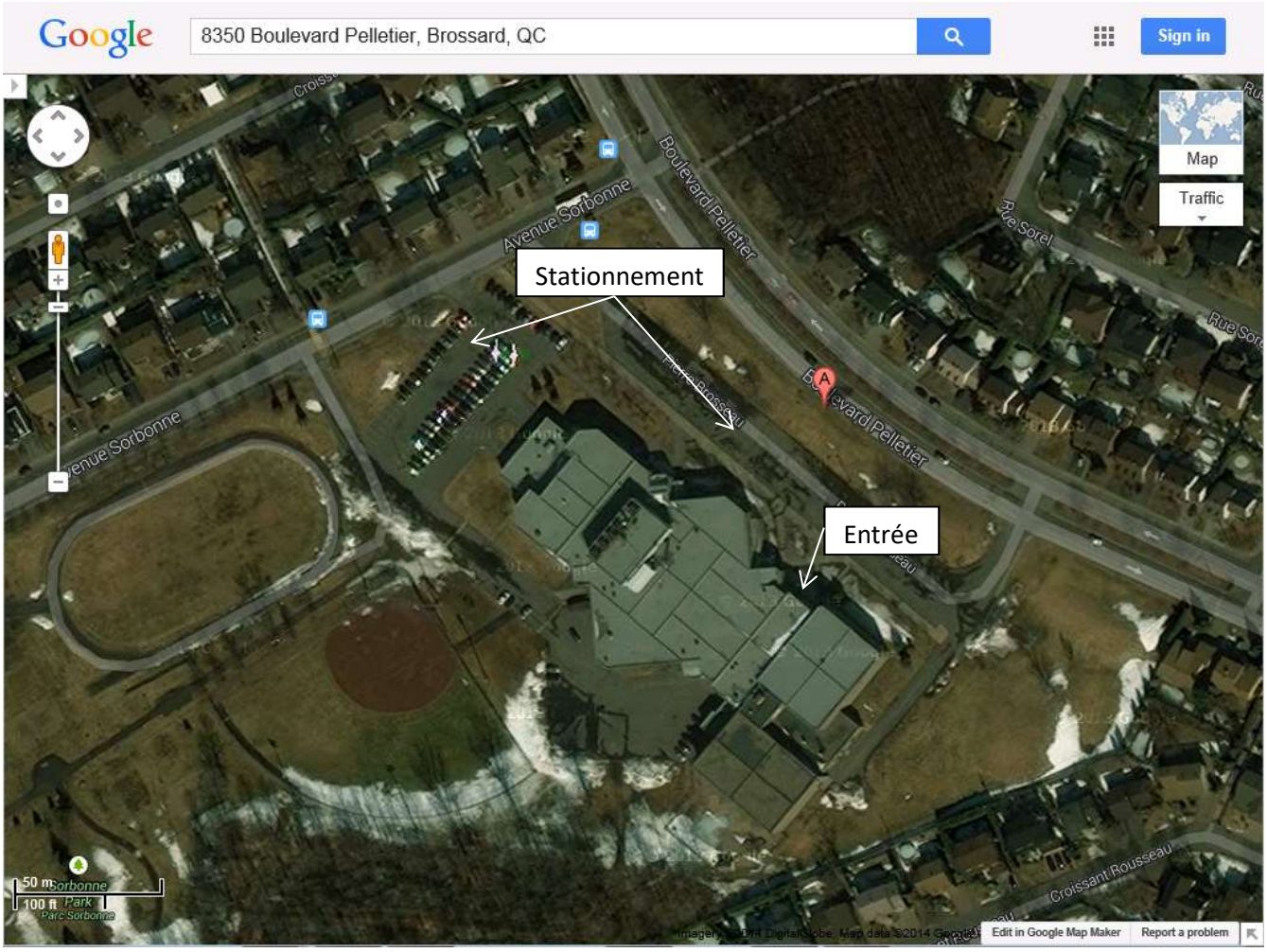
- Les plongeons de base doivent être de familles différentes.
- Les plongeons optionnels doivent être de familles différentes sauf pour les plongeurs de la catégorie des maîtres dont la seule contrainte est de présenter des plongeons ayant des numéros différents.
- Les plongeons optionnels doivent être de numéros différents de ceux des plongeons de base.
- Les sauts (100 abc et 200 abc) et les chutes (101F, 001C, 201F et 002C) sont admis comme étant des plongeons de familles et de numéros distincts.
- Les coefficients de difficulté sont les suivants :

Plongeons	Coefficients de difficulté
100 abc	0.5
200 abc	0.5
101F, 001C	1.0
201F, 002C	1.1
101 a (catégorie junior seulement)	1m : 1.2 – 3m : 1.4
201 a (catégorie junior seulement)	1m : 1.3 – 3m : 1.5

Les coefficients de difficulté des autres plongeons 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 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 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 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