

# Finale régionale des Jeux du Québec Mauricie

16 décembre 2023  
Cégep de trois-Rivières

## Invitation

Club de Plongeon de Trois-Rivières



Bienvenue à tous les résidents de la Mauricie !

Le Club de plongeon de Trois-Rivières est fier de vous accueillir pour la Finale Régionale des Jeux du Québec, région Mauricie en vue de la participation à la Finale des Jeux du Québec 2024.

Cette compétition se tiendra le 16 décembre 2023 à la piscine du Cégep de Trois-Rivières.

Vous trouverez ci-joint tous les détails relatifs à cette invitation dont le succès ne dépend que de votre participation.

Date :	16 décembre 2023
Endroit :	Piscine du Cégep de Trois-Rivières, 806 Rue Marguerite Bourgeoy, Trois-Rivières, QC G8Z 3S7
Installation et équipement :	1 tremplin 1m 1 tremplin 3m
Directrice de la compétition :	Catherine Gélinas
Directeur technique de la compétition:	Non attiré pour le moment
Juge arbitre:	Non attiré pour le moment
Date limite d'inscription :	Au plus tard le 9 décembre 2023 par courriel à <a href="mailto:clubplongeon3r@outlook.com">clubplongeon3r@outlook.com</a>
Date limite pour envoyer les listes:	Les feuilles de plongeon doivent être remplies électroniquement ( <b><u>REZ-MAN</u></b> ) et envoyé au Club de plongeon de Trois-Rivières au <a href="mailto:clubplongeon3r@outlook.com">clubplongeon3r@outlook.com</a> avant le <b><u>11 décembre minuit</u></b> .
Critères de participation:	Voir livre des règlements de Plongeon Québec. Les plongeurs doivent représenter la région qu'ils représenteront aux Jeux du Québec (i.e. Région d'appartenance = résidence permanente = bulletin scolaire). L'athlète doit participer dans la même catégorie pour laquelle il compte se qualifier pour les Jeux du Québec.
Frais par épreuve:	20 \$ pour l'inscription peu importe le nombre d'épreuves

**Païement :** Faire le chèque au nom de : Club de plongeon de Trois-Rivières ou un virement interac à l'adresse courriel: [clubplongeon3r@outlook.com](mailto:clubplongeon3r@outlook.com)  
Un seul païement par club.

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

## **HORAIRE DE COMPÉTITION**

### **DIMANCHE 18 DÉCEMBRE 2023**

9 h 15 Ouverture de la piscine et échauffement à sec  
9 h 30 Pratique générale  
9 h 50 Début des épreuves  
12 h 00 Fin des épreuves et remise des médailles

	1 m	3m
Épreuve 1	Mes premiers jeux	
Épreuve 2		Mes premiers jeux
Réchauffement et remise des médailles Mes Premiers Jeux		
Pratique réservée 15 min		
Épreuve 3	Fille 12-14 ans	Garçon 12-14 ans
Épreuve 4	Garçon 15-17 ans	Fille 15-17 ans
Pratique réservée 15 min		
Épreuve 5	Garçon 12-14 ans	Fille 12-14 ans
Épreuve 6	Fille 15-17 ans	Garçon 15-17 ans
Remise des médailles Jeux du Québec		

**LISTES DES PLONGEONS:**  
**AUX TREMPLINS DE 1 MÈTRE ET DE 3 MÈTRES:**

<b>Catégorie</b>	<b>Âge</b>	<b>Sexe</b>	<b>Plongeon avec limite de CD</b>	<b>Plongeon au choix</b>	<b>total</b>
Espoir et Provincial	12-14 ans	M et F 1 mètre	3 CD max 5,6	2	5
Espoir et Provincial	12-14 ans	M et F 3 mètre	3 CD max 6,1	2	5
Espoir et Provincial	15-17 ans	M et F 1 mètre	3 CD max 5,6	2	5
Espoir et Provincial	15-17 ans	M et F 3 mètre	3 CD max 6,1	2	5

C.D.: COEFFICIENT DE DIFFICULTÉ