

Finale régionale des Jeux du Québec

Lundi 18 décembre 2023

Piscine du Centre sportif Gatineau



Organisée par le
Club de plongeon Gatineau

Bonjour à toutes et à tous,

Les Jeux du Québec sont de nouveau de retour! Le club de plongeon Gatineau tiendra la compétition de sélection de l'équipe des Jeux, lundi le 18 décembre 2023. Cette sélection régionale déterminera l'équipe composée de 10 athlètes qui participeront à la Finale Provinciale des Jeux du Québec 2024 qui aura lieu au mois de mars à Sherbrooke.

Ci-dessous, vous trouverez toute l'information pertinente au déroulement de cette rencontre. Les 10 participants qui constitueront l'équipe officielle seront annoncés quelques jours après la compétition. Ces derniers seront éventuellement convoqués à une rencontre d'information avec l'équipe de *Loisir sport Outaouais* et avec toutes les autres équipes sportives qui représenteront l'Outaouais aux Jeux de Sherbrooke.

Vous pouvez dès maintenant visiter le site internet des Jeux du Québec d'hiver 2024 pour y trouver plusieurs informations pertinentes!

Bonne sélection à tous!

Toute l'équipe d'entraîneurs du club de Plongeon Gatineau

Invitation – Finale régionale des Jeux du Québec 2024

Date de l'événement : Lundi 18 décembre 2023

Lieu : Piscine du Centre sportif de Gatineau

850 boul. de la Gappe, Gatineau, QC

J8T 0B4

Installation et équipements : 6 tremplins 1 m

2 tremplins 3 m

Plateforme (3 m, 5 m, 7.5 m et 10 m)

Entraîneurs responsables de la compétition : Sophie-Anne Boucher et Jo-Annie Dubois

Éligibilité : Avoir au minimum 12 ans au 15 février de l'année de la Finale provinciale (2024). Avoir au maximum 17 ans au 15 mars de l'année de la Finale provinciale (2024).

Au moment de la Finale régionale à Gatineau, l'athlète devra déjà maîtriser tous les plongeurs requis pour la Finale provinciale qui aura lieu en mars 2024.

Niveau Espoir

Avoir participé à une compétition de niveau Espoir en 2023 ou pendant la saison 2022-2023.

Niveau Provincial

Athlètes identifiés Excellence, Élite ou Relève.

Athlètes s'étant qualifiés pour le championnat canadien junior ou senior ou Festival national junior entre le 1^{er} septembre 2022 et le 31 décembre 2023.

Athlètes ayant atteints 90% du standard national dans un provincial junior-senior québécois entre le 1^{er} septembre 2022 et le 31 décembre 2023.

Exclusion des Jeux du Québec : Les athlètes qui se sont classés premiers (médaillé d'or) au 1m et/ou 3m au championnat canadien junior de l'année précédente sont exclus de la catégorie Provinciale et Espoir.

Exclusion de la Catégorie Espoir : Athlètes identifiés Excellence, Élite ou Relève.

Athlètes s'étant qualifiés pour le championnat canadien junior ou senior ou Festival national junior entre le 1^{er} septembre 2022 et le 31 décembre 2023.

Athlètes ayant atteints 90% du standard dans un provincial junior-senior québécois entre le 1^{er} septembre 2022 et le 31 décembre 2023.

Constitution de l'équipe :

L'équipe peut être constitué d'un maximum de 10 athlètes au total (garçons et filles). Tous les athlètes doivent respecter les critères d'éligibilité (voir ci-haut). Dans les catégories où nous avons seulement 1 athlète, l'athlète sera automatiquement pris sur l'équipe. Dans les catégories comportant 2 athlètes et plus, deux athlètes seront sélectionnés. Pour terminer, c'est l'athlète qui aura obtenu le plus haut pourcentage de points total cumulatif par rapport au gagnant de sa propre catégorie qui se verra octroyer la dernière place sur l'équipe. Chaque athlète sera sélectionné sur la base du total de points obtenus en additionnant le total de points de l'épreuve du 1m à celle du 3m.

Remplacement

Si un remplacement dans les athlètes sélectionnés au départ est nécessaire, ce remplacement se fera en sélectionnant un autre athlète de la même catégorie. Le processus de remplacement aura priorité sur le processus de substitution.

Substitut

Le club de plongeon Gatineau a mis en place des processus de substitution pour toutes situations de substitutions possibles (désistement, blessures, maladies, mortalité chez des proches). Un plan détaillé existe. Si votre enfant est sur la liste de substitut, vous devez être prêt à cette éventualité. Si jamais une place se libère et que le processus de remplacement ne peut avoir lieu nous allons nous référer à la liste de substitut. La personne concernée sera contactée immédiatement lorsque nous l'apprendrons.

Engagement de participation aux Jeux du Québec

En participant à la Finale régionale des Jeux du Québec, votre enfant et vous, vous engagez à être disponible durant toute la semaine de relâche pour participer à la Finale provinciale des Jeux du Québec d'hiver, si vous n'êtes pas en mesure de respecter l'engagement, votre enfant ne pourra pas participer à la Finale régionale.

*À noter qu'un voyage n'est pas une raison valable pour annuler sa participation aux Jeux du Québec

Date limite d'inscription : **Lundi 4 décembre 2023 à 23h59** via le lien suivant (formulaire électronique) :

Date limite d'envoi des listes de plongeon : **Lundi 11 décembre 2023 avant 23h59 via le fichier Excel**

*Les entraîneurs ont la responsabilité d'envoyer les listes au plus tard le lundi 11 décembre 2023 avant 23h59 via le fichier Excel

Frais d'inscription : 40\$

Paiement *: Seulement les virements Interac sont acceptés. SVP indiquer le "**prénom et nom de votre enfant**" dans la question et **indiquer le mot "plongeon" pour la réponse**. Cela facilitera grandement le suivi des paiements.

*Pour que l'inscription soit valide vous devez faire le paiement au plus tard le **lundi 4 décembre 2023 à 23h59**. Ceux n'ayant pas fait le virement à temps ne pourront pas participer à la compétition de sélection.

Règlements : Voir Annexe II et Annexe III

Récompenses : Médailles aux 3^e premières positions.

Horaire de la compétition : Voir Annexe I

Stationnement : Le stationnement du Centre sportif est gratuit après 16h en semaine et toute la fin de semaine.

Club organisateur : Club de plongeon Gatineau

850 boul. de la Gappe, Gatineau, QC

Tél. : 819-246-7666

Courriel : informations@plongeongatineau.org

Horaire provisoire * – Finale régionale des Jeux du Québec 2024

Lundi 18 décembre 2023

Ouverture de la piscine et échauffement à 16h30

Début de la pratique réservée #1 : 16h45

Début des compétitions : 17h20

Heure	
16h30 à 16h45	Échauffement à sec
16h45 à 17h15	Pratique réservée #1 au 3m
17h20-18h40	Épreuve 3m
18h40 à 19h10	Pratique réservée #2 au 1m
19h15-20h45	Épreuve 1m
	Remises des médailles (à la fin des épreuves)

Fin des épreuves vers 20h

La remise des médailles aura lieu après la dernière épreuve de la compétition.

À noter que les épreuves vont s'enchaîner l'une à la suite de l'autre. Il y aura une période de battement d'environ 5 minutes entre les épreuves pour les mises à jour à la table de pointage ainsi que pour les changements de panels d'officiels.

*L'horaire est sujet à changement en fonction du nombre d'inscriptions à la compétition. Tous les participants doivent **être présents du début jusqu'à la remise des médailles.**

Annexe II

Règlements

Cette compétition s'adresse à tous les jeunes qui respectent les critères d'éligibilité énoncés plus haut et qui résident dans la région de l'Outaouais.

Catégorie Espoir

12-14 ans

Listes de plongeon : 3 bases et 2 optionnels au 1 m ainsi qu'au 3 m

Limite de 5,4 C.D. dans les bases au 1m

Limite de 5,7 C.D. dans les bases au 3 m

15-17 ans

Listes de plongeon : 3 bases et 2 optionnels au 1 m ainsi qu'au 3 m

Limite de 5,4 C.D. dans les bases au 1m

Limite de 5,7 C.D. dans les bases au 3 m

Catégorie Provinciale

12-14 ans

Listes de plongeon : 3 bases et 2 optionnels au 1 m ainsi qu'au 3 m

Limite de 5,4 C.D. dans les bases au 1m

Limite de 5,7 C.D. dans les bases au 3 m

15-17 ans

Listes de plongeon : 3 bases et 2 optionnels au 1 m ainsi qu'au 3 m

Limite de 5,4 C.D. dans les bases au 1m

Limite de 5,7 C.D. dans les bases au 3 m

Annexe III

Tableau de coefficient de difficulté

Plongeon	Coefficient de difficulté (C.D.)
101F	1.0
201F	1.1

***Tous les autres plongeurs sont les coefficient de difficulté de la FINA .**