



## CHAMPIONNAT PROVINCIAL

# DRAGON

## JUNIOR ET SENIOR

Organisé par le : CLUB DE PLONGEON POINTE-CLAIRE

29 au 31 mars, 2024





### **Message de l'entraîneure en chef du Club de plongeon de Pointe-Claire**

C'est avec grand plaisir que je vous invite au **Championnat provincial DRAGON junior et senior** du 29 au 31 mars 2024. Nous sommes fiers de notre évènement Dragon et très heureux avec la participation et son succès. Nous avons été heureux d'accueillir des équipes de partout au Québec et des provinces avoisinantes, et nous espérons que tout le monde sera de retour pour prendre part à notre dixième évènement.

Le personnel du Centre aquatique de Pointe-Claire et nos bénévoles sont à l'œuvre pour faire en sorte que cet évènement soit meilleur que jamais. Il faut s'attendre à une autre compétition sensationnelle!

Yihua Li

Entraîneur en chef

Club de plongeon de Pointe-Claire

## Championnat provincial DRAGON junior et sénior | 29 au 31 mars, 2024

**Date de l'évènement :**

29 au 31 mars 2024

**Lieu :**

Centre aquatique de Pointe-Claire  
60, Avenue Maywood  
Pointe-Claire, Québec H9R 0A7  
Tél. : 514 630-1202

**Club organisateur :**

Club de plongeon de Pointe-Claire

**Demande de renseignements :** Si vous avez des questions, veuillez nous écrire à :

[Alison.Dewar@pointe-claire.ca](mailto:Alison.Dewar@pointe-claire.ca) ou [David.Bedard@pointe-claire.ca](mailto:David.Bedard@pointe-claire.ca)

**Installations et équipements :**

Tour de 3m, 5m, 7,5m et 10m  
3 tremplins 1m  
2 tremplins 3m

**Directrice de compétition :** à déterminer

**Directrice technique :** à déterminer

**Juge-arbitre de la compétition :** à déterminer

**Horaire de la compétition :** Voir l'annexe A

**Récompenses :**

- Médailles aux 3 premières positions
- Rubans aux 4<sup>e</sup>, 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> positions
- Plaques aux meilleurs athlètes masculins et féminines junior et senior
- Plaque à la meilleure équipe du championnat

**Frais :** 60,00 \$ pour l'inscription (junior ou senior)

60,00 \$ par épreuve

**Paiement (3 Options):**

1. Par argent comptant - avant la fin de la compétition
2. Par chèque à l'ordre de Plongeon Québec - avant la fin de la compétition
3. Par virement bancaire via l'adresse courriel suivante : [direction@plongeon.qc.ca](mailto:direction@plongeon.qc.ca)  
- au plus tard 3 jours après la fin de la compétition.

## Championnat provincial DRAGON junior et senior | 29 au 31 mars, 2024

**Date limite d'inscription : le 15 mars, 2024**

Veillez faire parvenir votre formulaire d'inscriptions à Plongeon Québec par courriel à : [info@plongeon.qc.ca](mailto:info@plongeon.qc.ca)

Si le cachet postal ou la date de courriel indique qu'un formulaire d'inscription a été envoyé en retard, celui-ci est accepté sur réception du paiement d'une amende de 15 \$ par jour ouvrable de retard jusqu'à concurrence de 150 \$. Le comité organisateur garde le montant total des amendes pour les inscriptions tardives. Si le comité organisateur ne peut prouver que la demande a été envoyée en retard, l'équipe concernée ne sera pas assujettie à l'amende. Toutefois, si un athlète doit être ajouté à la liste après la date, l'ajout pourra se faire moyennant une pénalité de 5 \$ par athlète.

Les frais d'inscription et d'épreuves doivent être payés par comptant ou chèque avant la fin des épreuves à Plongeon Québec. Le virement bancaire doit être payé au plus tard 3 jours après la compétition. En cas de non-paiement, une amende de 25 \$ par équipe sera facturée par Plongeon Québec.

### **\*\* Feuilles de plongeon :**

Pour faciliter la tâche du comité organisateur, les feuilles de plongeurs doivent être remplies électroniquement via le programme de générateur de feuilles Rezman ou par courriel à :

[mmorris@integratedsports.net](mailto:mmorris@integratedsports.net) au plus tard **lundi le 25 mars 2024**

**Règlements :** Manuels de règlements de la FINA, de Plongeon Canada (2021-2024) et de Plongeon Québec  
[www.diving.ca/fr/](http://www.diving.ca/fr/) et [www.plongeon.qc.ca/reglements](http://www.plongeon.qc.ca/reglements)

### **En vertu du Règlement de DIVING PLONGEON CANADA :**

- Les feuilles de plongeon, envoyés électroniquement, seront désormais considérés comme signé par le plongeur et l'entraîneur. Les feuilles de plongeon en papier ne seront utilisées que pour soumettre des modifications.
- Lorsque des différences sont découverts pendant la compétition, la dernière feuille de plongeon envoyé sera considérée comme la copie officielle.
- Une fois arrivé sur le lieu de compétition, chaque club doit avoir en sa possession la feuille de « résumé » de toutes les entrées effectuées sur RezMan. Celle-ci servira de vérification, en cas d'erreur.

### **Veillez noter qu'en vertu du Règlement Q12 de Plongeon Québec :**

- Les feuilles de plongeon du club doivent être remplies électroniquement et transmises via le programme de générateur de feuilles RezMan au plus tard le lundi précédent le premier jour de la compétition. Les feuilles qui ne seront pas remises au plus tard le lundi, pourront être remises jusqu'à 24 heures avant le début de la compétition moyennant une amende de 25 \$, payable au club hôte. Au-delà de ce délai, les feuilles de plongeon ne seront pas acceptées.

## **Championnat provincial DRAGON junior et senior | 29 au 31 mars, 2024**

**Hébergement** : Voir l'annexe B

### **Nourriture officiels**

Les déjeuners et repas du midi seront servis gratuitement aux entraîneurs, aux officiels et aux bénévoles.

### **Stationnement**

Le stationnement du Centre aquatique de Pointe-Claire est gratuit. Le stationnement sur la rue est disponible aussi. Le stationnement de l'École secondaire John Rennie (en face du Centre aquatique) sera également disponible. Deux stations de recharge de véhicules électriques sont disponibles dans le stationnement du Centre aquatique.

### **Bouteilles d'eau**

Nous encourageons tout le monde à apporter leur propre bouteille d'eau réutilisable. Il y a de nombreuses stations de remplissage au Centre Aquatique.

Championnat provincial DRAGON junior et senior | 29 au 31 mars, 2024

**ANNEXE A | Horaire de la compétition**

Ouverture de l'entraînement à sec: 7h30

Pratique générale : 8h00 - 9h00

Réunion des entraîneurs et des officiels : 9h00 - 9h15

Pratique réservée : 9h15 - 9h35

Début des compétitions : 9h35

\* Il y aura une pause de 30 minutes pour le dîner chaque jour.

**Jeudi, le 28 mars**

**13h30 - 18h00 PRATIQUE GÉNÉRALE**

En accordance avec les règlements de Plongeon Canada, les préliminaires et finales ne sont pas obligatoires à chaque championnat provincial. À cette compétition, les épreuves pour les D et C suivront les règles des préliminaires. La remise des médailles des participants se fera suivant cette épreuve selon l'année du participant D1, D2, C1, C2 et le sexe.

	<b>Vendredi, le 29 mars</b>		
	<b>1m</b>	<b>Plate-forme</b>	<b>3m</b>
<b>Épreuve 1</b>		<b>Garçons D1-D2</b>	
<b>Épreuve 2</b>	<b>Garçons A</b>		<b>Filles A</b>
<b>Épreuve 3</b>		<b>Garçons C1-C2</b>	
<b>Épreuve 4</b>	<b>Filles D1-D2</b>		<b>Filles C1-C2</b>
<b>Épreuve 5</b>		<b>Filles &amp; Garçons B</b>	
<b>Épreuve 6</b>	<b>Hommes Senior</b>		<b>Femmes Senior</b>

	<b>Samedi, le 30 mars</b>		
	<b>1m</b>	<b>Plate-forme</b>	<b>3m</b>
<b>Épreuve 8</b>	<b>Garçons C1-C2</b>		<b>Garçons D1-D2</b>
<b>Épreuve 9</b>	<b>Filles C1-C2</b>		<b>Filles D1-D2</b>
<b>Épreuve 10</b>		<b>Filles-Garçons A</b>	
<b>Épreuve 11</b>	<b>Garçons B</b>		<b>Filles B</b>
<b>Épreuve 12</b>		<b>Femmes &amp; Hommes Senior</b>	

Championnat provincial DRAGON junior et senior | 29 au 31 mars, 2024  
**ANNEXE A | Horaire de la compétition, page 2**

	Dimanche, le 31 mars		
	1m	Plate-forme	3m
Épreuve 15		Filles C1-C2	
Épreuve 16	Filles B		Garçons B
Épreuve 17		Filles D1-D2	
Épreuve 18	Femmes senior		Hommes senior
Épreuve 19	Garçons D1-D2		Garçons C1-C2
Épreuve 20	Filles A		Garçons A

**Championnat provincial DRAGON junior et senior | 29 au 31 mars, 2024**

## **ANNEXE B | Hébergement**

*Ces 2 hôtels sont situés à 5 minutes du Centre aquatique de Pointe-Claire :*

### Embassy Suites par Hilton Montréal

6300 Autoroute Trans-Canadienne

Pointe-Claire, Qc

H9R 1B Tel: +1-514-426-5060

- Petit déjeuner chaud et froid inclus
- Stationnement gratuit
- Un bloc de chambres est réservé pour la compétition de plongeon au prix de : 219\$ par nuit

Réservations: appelez : 514-693-3082 ou par courriel :

[veronic.latulippe@hilton.com](mailto:veronic.latulippe@hilton.com)

<https://maps.google.com/?q=6300%20Transcanada%20Highway,%20Pointe-Claire,%20Quebec,%20H9R%201B9,%20Canada>

### Double Tree par Hilton Pointe-Claire, Aéroport de Montréal Ouest

6700 Autoroute Trans-Canadienne

Pointe-Claire, Qc

H9R 1C2 Tel: 514-697-7110

[reservations@doubletreepc.com](mailto:reservations@doubletreepc.com)

<https://www.google.com/maps/search/?api=1&query=DoubleTree+by+Hilton+Pointe+Claire+Monreal+Airport+West%2C+Pointe+Claire+%2C+QC+CA>



## Emplacement

Centre Aquatique de Pointe-Claire

60 Avenue Maywood

Pointe-Claire, QC

H9R 0A7



**De l'autoroute 20 Direction Est, Sortie 50N au Boulevard St-Jean**

**De l'Autoroute 20, Direction Ouest, Sortie 50N au Boulevard St-Jean**

**De l'Autoroute 40, Direction Est, Sortie 52, tournez à Droite sur le  
Boulevard St-Jean Sud**

**De l'Autoroute 40, Direction Ouest, Sortie 52, tournez à gauche sur le  
Boulevard St-Jean Sud**