

Invitation

Compétition régionale L'Envol 2022



Les 4 et 5 juin au
Centre Récréo-aquatique de Blainville

Chers plongeurs, entraîneurs, parents,

Le club de plongeon l'Envol est fier de vous inviter à cette nouvelle compétition régionale annuelle qui aura lieu les 4 et 5 juin prochains. Le but de cette compétition est de permettre aux jeunes plongeurs de participer à une compétition amicale dans le cadre de leur développement pour bien terminer leur l'année. Cet événement se déroulera au Centre Récréoaquatique de Blainville.

Pour assurer une compétition juste et équitable, veuillez revoir les exigences des listes de plongeon et porter une attention particulière à cette version simplifiée.

Vous trouverez ci-joint toutes les informations relatives à cette compétition dont le succès ne dépend que de votre participation.

Samuel Parent,
Entraîneur Chef

Date : 4 et 5 juin

Endroit : Centre Récréoaquatique de Blainville, 190 Marie-Chapleau, Blainville, QC, J7C 0E7

Installations et équipement: 2 tremplins de 1m
2 tremplins de 3m
Tour de 3m et 5m

Directeur de la compétition : Samuel Parent

Directeur technique de la rencontre : à déterminer

Juge arbitre : à déterminer

Date limite d'inscription : Au plus tard le 23 mai 2022, par courriel à

Samuel@plongeonlenvol.ca

Date limite pour envoyer les listes :

Les feuilles de plongeon doivent être remplies électroniquement (**REZMAN**) et envoyées au Club de plongeon l'Envol à samuel@plongeonlenvol.ca au plus tard le 31 mai 2022. Nous vous demandons de nous faire parvenir un fichier par club avec les listes de compétition.

Critères d'exclusion : Les plongeurs ayant obtenu leur passeport pendant la saison 2020-2021, de même que tous les athlètes ayant participé à la Super Finale Espoir 2018. **Aucun surclassement ne sera permis.**

Frais par épreuve : 30,00\$ par inscription, 30,00\$ par épreuve.

Paiement: SVP faire les chèques à l'ordre de Plongeon l'Envol, en un seul paiement par club.

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

Règlements

Règlement de l'établissement : L'Envol aura sur place une cantine avec repas et collations. Il est à noter qu'aucune nourriture ne sera tolérée sur la piscine et que seul les entraîneurs et officiels pourront porter des souliers de piscine (souliers propres).

Catégorie Open : Cette catégorie s'adresse autant aux maîtres qui voudraient participer à la compétition qu'aux athlètes de niveau régional désirant effectuer une liste de 5 plongeurs sans limite. Afin de conserver une certaine homogénéité du niveau de plongeur pour cette catégorie, l'âge minimum est de 18 ans à la date de la compétition.

RÈGLEMENTS DE COMPÉTITION

Règlements pour tous: Il est accepté pour toutes les catégories d'âge de faire plus d'un saut et d'une chute, mais doit être d'une position différente. Les plongeurs droits auront le même DD que le plongeur groupé de la même famille, sauf pour la catégorie des maîtres.

-Les plongeurs exécutés avec aide seront déduits de deux points par juge. Un athlète qui exécute, par erreur, le mauvais plongeur pourra le refaire mais sera déduit de deux points par juges.

Pour toute question concernant les listes de plongeur, veuillez contacter Samuel@plongeonlenvol.ca

La catégorie d'âge est déterminée par l'âge que l'athlète aura à la fin de l'année de la compétition (le 31 décembre 2022).

Tableau des sauts et plonges:

| Plongeon | Degré de difficulté |
|---|---------------------|
| 100A/C/B | 0,5 |
| 200A/C/B | 0,5 |
| 101F (chute avant) | 1,0 |
| 201F (chute arrière) | 1,1 |
| 001C (chute avant groupé) (seulement au 3m)* | 1,0 |
| 002C (Chute Arrière groupé seulement au 3m)* | 1,1 |
| 101C,B 401C,B 201C, 301C..Etc | FINA |

Détails :

le Plongeon renversé est interdit (301C) Pour les catégories F et E

| Catégorie – Tremplin | Âge | Sexe | Plonges Bases | Plonges optionnels | Total de plonges |
|-------------------------|------------|-------|------------------|-----------------------|---------------------|
| F – 1m | 7 ans et - | F / G | 2 (1.6 max) | 2 | 4 |
| F – 3m | 7 ans et - | F / G | 2 (1.6 max) | 2 | 4 |

RÈGLEMENTS DE COMPÉTITION

Il est possible de faire plus d'un saut et d'une chute mais de position différente. Les plongeurs droits auront le même CD que le plongeur groupé de la même famille

| Catégorie – Tremplin | Âge | Sexe | Plongeurs avec limite | Plongeurs optionnels | Total de plongeur |
|-------------------------|---------|-------|--------------------------|-------------------------|----------------------|
| E – 1m | 8-9 ans | F / G | 2 (2.1Max) | 2 | 4 |
| E – 3m | 8-9 ans | F / G | 2 (2.1Max) | 2 | 4 |

RÈGLEMENTS DE COMPÉTITION

Il est possible de faire plus d'un saut et d'une chute mais de position différente. Les plongeurs droits auront le même CD que le plongeur groupé de la même famille.

| Catégorie – Tremplin | Âge | Sexe | Plongeurs avec limite | Plongeurs optionnels | Total de plongeurs |
|-------------------------|-----------|-------|--------------------------|-------------------------|-----------------------|
| D – 1m | 10-11 ans | F / G | 2 (max 3.7) | 2 | 4 |
| D – 3m | 10-11 ans | F / G | 2 (max 3.8) | 2 | 4 |

RÈGLEMENTS DE COMPÉTITION

Il est possible de faire plus d'un saut et d'une chute mais de position différente. Les plongeurs droits auront le même CD que le plongeur groupé de la même famille.

| Catégorie – Tremplin | Âge | Sexe | Plongeurs avec limite | Plongeurs optionnels | Total de plongeurs |
|----------------------|-------------|-------|-----------------------|----------------------|--------------------|
| C – 1m | 12-13 ans | F / G | 2 (max 3.7) | 2 | 4 |
| C – 3m | 12-13 ans | F / G | 2 (max 3.8) | 2 | 4 |
| B – 1m | 14-15 ans | F / G | 3 (max 5.4) | 2 | 5 |
| B – 3m | 14-15 ans | F / G | 3 (max 5.7) | 2 | 5 |
| Catégorie – Tremplin | Âge | Sexe | Plongeurs avec limite | Plongeurs optionnels | Total de plongeurs |
| A – 1m | 16-18 ans | F / G | 3 (max 5.4) | 3 | 6 |
| A – 3m | 16-18 ans | F / G | 3 (max 5.7) | 3 | 6 |
| Open – 1m | 18 ans et + | F / G | Aucune limite | 5 | 5 |
| Open – 3m | 18 ans et + | F / G | Aucune limite | 5 | 5 |

HORAIRE DE COMPÉTITION

Samedi

- 8h00 Pratique générale
- 9h00 Réunion des entraîneurs et des officiels
- 9h15 Pratique réservée pour la première épreuve
- 9h30 Début des épreuves

| Épreuve # | 1m | | 3m |
|---|--------------|--|-------------|
| Pratique 15 min | | | |
| 1) | Garçons F-E* | | Filles F-E* |
| Pratique 15 min | | | |
| 2) | Filles D | | Garçons D |
| Pratique du diner et Réservé 30 min | | | |
| 3) | Filles F-E | | Garçons F-E |
| Pratique 15 min | | | |
| 4) | Garçons D | | Filles D |
| Remise des médailles et Fin des épreuves | | | |

* Les horaires sont sujet à changement.

HORAIRE DE COMPÉTITION

DIMANCHE

| | |
|------|--|
| 8h00 | Pratique générale |
| 9h00 | Réunion des entraîneurs et des officiels |
| 9h15 | Pratique réservée pour la première épreuve |
| 9h30 | Début des épreuves |

| Épreuve # | 1m | | 3m |
|---|----------------|--|----------------|
| Pratique 15 min | | | |
| 1) | Gars C | | Filles C |
| Pratique 15 min | | | |
| 2) | Gars B | | Filles B |
| Pratique 15 min | | | |
| 3) | Gars A et Open | | FilleA et open |
| Pratique 15 min | | | |
| 4) | Filles C | | Gars C |
| Remise des médailles et Pratique 20 min | | | |
| 5) | Filles B | | Gars B |
| Remise des médailles et Pratique 20 min | | | |
| 6) | FilleA et open | | Gars A et Open |
| Remise des médailles et Fin des épreuves | | | |

