



Championnat provincial junior et senior
30 mai au 2 juin 2024



Championnat provincial junior et senior

30 mai au 2 juin 2024



Club de plongeon
Gatineau





Championnat provincial junior et senior
30 mai au 2 juin 2024



Chers athlètes, entraîneurs et officiels,

C'est avec grand plaisir que nous vous invitons à la dernière compétition provinciale qualificative junior et senior de la saison 2023-2024.

Nous sommes heureux de vous recevoir et confiants de vous offrir un accueil à la hauteur de notre réputation. Nous espérons que votre séjour en Outaouais soit des plus agréables.

Vous trouverez tous les renseignements sur la compétition dans ce document. Au

plaisir de vous voir en grand nombre à la fin mai!

Dany Boulanger

Entraîneur-chef

Club de plongeon Gatineau



Championnat provincial junior et senior 30 mai au 2 juin 2024



Date de l'évènement :	30 mai au 2 juin 2024
Endroit :	Centre sportif Gatineau 850, boul. de la Gappe Gatineau (Québec)
Club hôte :	Club de plongeon Gatineau (819) 246-7666
Installations et équipement :	2 x 3 mètres tremplin 3x 1 mètre tremplin 1 plateforme de 3 mètres 1 plateforme de 5 mètres 1 plate-forme de 7.5 mètres, 1 plate-forme de 10 mètres
Directrice de la compétition :	Caroline Mongeon
Directeur technique de la rencontre :	Dany Boulanger
Juge arbitre de la compétition :	à confirmer
Date limite d'inscription :	<u>Au plus tard le jeudi 16 mai 2024 à envoyer à : technique@plongeon.qc.ca et compétition@plongeongatineau.ca</u>
Date limite feuilles Rezman :	<u>Au plus tard le lundi 27 mai 2024 à 18h00 à : compétition@plongeongatineau.ca</u>
Frais :	60,00 \$ taxes incluses pour l'inscription junior 60,00 \$ taxes incluses pour l'inscription senior
Païement :	Plongeon Québec
Règlements :	Manuels de règlements de la FINA, de l'A.C.P.A. et de la F.P.A.Q. Noter que les passeports ne sont pas requis pour participer à ce provincial.
Récompenses :	Médailles aux 3 premières positions Rubans aux 4 ^e , 5 ^e et 6 ^e positions Plaque du meilleur athlète féminin et masculin junior et senior de la compétition et au meilleur club



Championnat provincial junior et senior 30 mai au 2 juin 2024



- Horaire:** Voir page .
- Nourriture :** Les déjeuners et repas du midi seront servis gratuitement aux entraîneurs et officiels en fonction.
- Il est possible pour les athlètes d'acheter de la nourriture pour la durée de la compétition. 60\$ pour les 3 jours et 25\$ pour une journée seule. Cette somme donnera accès à un déjeuner, un diner et 2 collations par jour du vendredi au dimanche. Pour jeudi, comme la compé commence à midi, il n'y aura pas de repas disponible. Cela dit, la cafétéria sera ouverte à partir de 11h00 et jusqu'à 20h00.
- Aucune nourriture ne sera acceptée sur le bord de la piscine.
- Souliers :** Les athlètes ne seront pas autorisés à se promener sur le bord de la piscine en souliers. Nous demandons aux entraîneurs de porter des souliers de piscine.
- Stationnement :** Jeudi et vendredi, se stationner dans le stationnement des visiteurs du centre sportif (droit de stationnement pour 1 h 30 sera autorisé pour la journée). Attention de ne pas stationner dans celui du CÉGEP. Fin de semaine, stationnement gratuit sans restriction.
- Résultats :** Les résultats seront disponibles sur le site de Plongeon Québec.



Championnat provincial junior et senior

30 mai au 2 juin 2024



Horaire de la compétition

*L'ordre des épreuves est sujet à changement

Jeudi

11h30 à 12h00 Accès pour échauffement bord de piscine
12h00 à 13h00 pratique générale
13h00 à 13h15 réunion des entraîneurs
13h15 à 13h35 pratique réservée pour la première épreuve

Vendredi-samedi-dimanche

7h30 à 8h00 - Accès pour échauffement bord de piscine
8h00 à 9h00- Pratique générale
9h00 à 9h15- Réunion des entraîneurs et officiels
9h15 à 9h35- Pratique réservée pour la première épreuve
Pratique réservée de 20 minutes pour les épreuves simples et 30 minutes pour les épreuves jumelées
Période pour le diner de 30 minutes (45 le jeudi)
L'ordre des épreuves est sujet à changements en fonction des inscriptions par épreuves. La journée ne changera pas, mais l'ordre dans la journée possiblement. Nous vous ferons parvenir l'horaire final lorsque nous aurons reçu les inscriptions pour toutes les épreuves.

ORDRE DES ÉPREUVES

Jeudi

1M
Garçons C1-C2 (prélim)
Filles C1-C2 (prélim)
Pause : 45 minutes

Plateforme
Garçons D1-D2 (prélim)
Filles D1-D2 (prélim)

3M

Finales
Garçons C
Filles C

Garçons D
Filles D

Vendredi

1M
Filles A
DINER 30 minutes
Filles B
Femmes senior

Plateforme
Filles C1-C2 (prélim)
Garçons C1-C2 (prélim)
Filles et Garçons C (finales)

3M
Filles D1-D2 (prélim)
Garçons D1-D2 (prélim)
Garçons A
Garçons B
Filles et Garçons D (finales)
Hommes senior
Synchro junior



Championnat provincial junior et senior

30 mai au 2 juin 2024



Samedi

1M
Filles D1-D2 (prélim)
Garçons D1-D2 (prélim)
Garçons B
DINER 30 minutes
Filles/Garçons D (finale)

Plateforme

Filles et Garçons A

Femmes/hommes senior
Haut-vol

3M
Filles C1-C2 (prélim)
Garçons C1-C2 (prélim)

Filles B
Filles et Garçons C (finale)

Dimanche

1M
Garçons A

Hommes senior

Plateforme

Filles/Garçons B

3M
Filles A

Femmes senior



Championnat provincial junior et senior
30 mai au 2 juin 2024



ANNEXE 1 Hôtels

Comfort Inn

630, boul. de la Gappe
Gatineau (Québec) J8T 7S8

www.gatineaucomfortinn.com

Bloc de chambre réservé; compétition de plongeon et jusqu'au 10 mai

179\$ par chambre, pour 1 à 4 personnes, 100\$ de dépôt lors de la réservation, annulation possible jusqu'au 10 mai.

Lien pour le bloc de chambres :

<https://www.choicehotels.com/reservations/groups/GP73G2>

Holiday Inn Express and suites Gatineau-Ottawa

11 Impasse de la Gare Talon, Gatineau, QC J8T 0B1
(819) 503-8800

Auberge de la Gare

Adresse : 205 boulevard Saint-Joseph,
Gatineau, QC J8Y 3X3

Téléphone : (819) 778-8085

Autres établissements d'hébergement dans la région

Crowne Plaza Gatineau-Ottawa

2, rue Montcalm Gatineau, Qc J8X 4B4

www.crowneplaza.com/gatineauottawa

819-778-3880 | 1-800-567-1962

Découvrez le Crowne Plaza :

<https://youtu.be/S5hdeT02hvU>

Best Western Cartier Hôtel

131, rue Laurier

Gatineau (Québec), J8X 3W3

www.bestwesterngatineau.ca/

819-770-8550 | 1-800-265-8550

Hotel V

585, boul. de la Gappe
Gatineau, QC, CANADA, J8T 8N7

www.hotelv.ca/

(819) 243-8586 | 1 (800) 926-6489

Four Points par Sheraton

35, rue Laurier

Gatineau (Québec), J8X 4E9

www.fourpointsgatineau.com

819-778-6111 | 1-800-567-9607