



Pointe-Claire Invitational

Jeudi 4 décembre 2025

Dimanche 7 décembre 2025

à | to

Thursday, December 4, 2025

Sunday, December 7, 2025

Site internet de la compétition | Competition Website



Informations générales

Sanction: 59796

La compétition est sanctionnée par la Fédération de Natation du Québec.
Invitation : Compétition provinciale ouverte avec finales

Lieu

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

Installations

- Piscines de compétition : Deux (2).
- Description de chaque bassin : 25 mètres x 10 couloirs.
- Chronométrage électronique QUANTUM avec plaques de touche et tableau d'affichage des couloirs.
- Deux (2) bassins d'échauffement : 25 mètres x 6 couloirs pour chacun d'eux.
- 300 places disponibles pour les spectateurs.
- Stationnement/accès pour les personnes à mobilité réduite.
- 6 stations de recharge pour VE.

Comité d'organisation

Directeur de rencontre

Deborah Davis
pcscmeets@gmail.com

Coordinateur des inscriptions

Karine Martel
pcsc.entriesmanager@gmail.com

Coordinateur des officiels et des bénévoles

Catherine Battershill
pcsc.roc@gmail.com

Lien vers l'inscription des officiels

<https://forms.gle/nMHTiubh3kEw8qYP7>

Interprétation du texte

En cas de divergence entre les textes des deux colonnes, la version française prévaut.

Le texte doit être lu avec tous les changements de genre requis par le contexte et le lecteur.

Nous vous remercions de votre collaboration au maintien de la propreté de la plage de la piscine et des vestiaires. Évitez les chaussures d'extérieur sur le bord de la piscine.

Au plaisir de vous accueillir !

General Information

Sanction: 59796

Competition is sanctioned by the Fédération de Natation du Québec.
Invitation: Open provincial with finals

Venue

Pointe-Claire Aquatic Center
60 Maywood Avenue, Pointe-Claire, Québec, H9R 0A7
Tel: (514) 630-1202

Facilities

- Competition pools: Two (2).
- Description of each pool: 25 meters x 10 lanes.
- QUANTUM electronic timing with touchpads and lane scoreboard.
- Two (2) warm-up/warm down pools: 25 meters x 6 lanes for each one.
- Stands for 300 people.
- Parking/access for people with reduced mobility.
- 6 EV charging stations.

Organizing Committee

Meet Manager

Deborah Davis
pcscmeets@gmail.com

Entries Coordinator

Karine Martel
pcsc.entriesmanager@gmail.com

Officials and Volunteers Coordinator

Catherine Battershill
pcsc.roc@gmail.com

Link to Registration for Officials

<https://forms.gle/nMHTiubh3kEw8qYP7>

Text Interpretation

In case of discrepancies between the texts in both columns, the French version shall prevail.

The text shall be read with all changes to gender required by the context and the reader.

*Thank you for your cooperation in maintaining the cleanliness of the pool deck and changing rooms.
Avoid outdoor shoes on poolside.*

Pleased to welcome you!



Informations importantes - Résumé

- Épreuves : Un athlète peut participer à un maximum de 6 épreuves individuelles.
- Les athlètes peuvent se qualifier pour un groupe de compétition avec un temps de qualification.
- Catégories d'âge pour les épreuves individuelles : 11-12, 13-14, 15+
- La catégorie d'âge de l'athlète est son âge au 4 décembre 2025.
- La compétition se déroule sur un parcours court de 25 mètres pour les épreuves préliminaires et finales.
- **Date limite d'inscription : 21 novembre 2025.**

Informations sur la compétition Limite de participants

- La compétition sera limitée à 800 athlètes.
- La priorité sera donnée, sans s'y limiter, aux équipes qui se sont préinscrites et qui ont été acceptées par le directeur de la compétition.
- Si un club ne s'est pas préinscrit ou est sur la liste d'attente, veuillez contacter pcscmeets@gmail.com avant de soumettre vos inscriptions.

Répartition des compétitions

- La compétition sur invitation de Pointe-Claire est divisée en deux groupes de compétition : compétition 1 et compétition 2. Les deux groupes de compétition s'adressent aux athlètes âgés de 11 ans et plus.
- Chaque groupe de compétition a ses propres temps de qualification. Voir l'annexe 1 pour les détails.

Qualification de l'athlète

- Un athlète peut s'inscrire à un maximum de **6 épreuves individuelles**.
- Pour participer au groupe de compétition 1 ou 2, un athlète doit avoir au moins un temps prouvé et qualifié pendant la période de qualification afin de pouvoir participer dans cette compétition.
- **Les athlètes doivent nager au moins une épreuve pour laquelle ils sont qualifiés.**
- Les autres épreuves individuelles (jusqu'à un maximum de 6) peuvent être des nages de bonus (temps non qualifiés) dans ce même groupe de compétition.
- **Un athlète qui a réalisé au moins un temps de qualification dans le groupe 1 doit être inscrit dans le groupe 1.**

Important Information - Summary

- Events: An athlete is allowed a maximum of **6 individual events**.
- Athletes can qualify for a competition group with 1 proven standard.
- Age Categories for Individual Events: 11-12, 13-14, 15+.
- The athlete's age category is their age as of December 4th, 2025.
- The competition is short course meters (25m) for Prelims and Finals.
- **Registration Deadline: November 21st, 2025.**

Competition Information Participant Limit

- The competition will be limited to 800 athletes.
- Priority will be given, but not limited to, team that have pre-registered and have been accepted by the meet manager.
- If a club has not pre-registered or is on the waiting list, please contact pcscmeets@gmail.com before submitting your entries.

Competition Breakdown

- The Pointe-Claire Invitational is split into two competition groups: Competition 1 and Competition 2. Both competition groups are for athletes aged 11+.
- Each competition group has their own qualifying standards. See appendix 1 for qualifying times.

Qualification of the Athlete

- An athlete can register for a maximum of (six) **6 individual events**.
- In order to participate in competition group 1 or 2, an athlete must have proven times for at least one (1) individual time standard within the qualifying period to compete in that competition.
- **Athletes must swim at least one event that they are qualified for.**
- The rest of their individual events (up to a maximum of 6) can be bonus swims (non-qualified times) in that same competition group.
- **An athlete who has achieved one or more qualification times in Group 1 must be registered in Group 1.**



**TEAM AQUATIC
SUPPLIES LTD**

Catégories d'âge

Pour les épreuves individuelles : 11-12, 13-14, 15+

Pour les relais : 11-12, 13-14, 15+

Pour les prix : 13-14, 15-16, 17+

La catégorie d'âge de l'athlète correspond à son âge au 4 décembre 2025.

Période de qualification

La période de qualification est du **1er septembre 2024 au 21 novembre 2025**.

Épreuves préliminaires

- Tous les temps d'inscription soumis en 50m (grand bassin) seront convertis par le comité organisateur (linéaire 2%).
- Les temps convertis ne seront pas acceptés.
- Aucun essai de temps ou épreuves nagées hors-concours ne seront autorisés pour les épreuves individuelles.
- La règle II.3.1.1.1 ne s'applique pas : toutes les épreuves seront nagées en préliminaires quel que soit le nombre d'inscrits.
- Toutes les épreuves seront nagées du plus lent au plus rapide à l'exception des épreuves 400m 4 nages, 400m libre, 800m libre et 1500m libre qui seront nagées du plus rapide au plus lent.

Longue distance - 800m et 1500m libre

- Les épreuves de 800m et 1500m nage libre ne peuvent pas être nagées en tant que bonus. Les athlètes doivent avoir le temps de qualification.
- Ce sont des épreuves finales par la montre.
- L'athlète qui se qualifie pour ces épreuves devra choisir entre le 800m et le 1500m libre.
- La direction de la compétition se réserve le droit de limiter le nombre d'inscriptions aux épreuves du 800m et du 1500m.
- Ces épreuves sont nagées avec un athlète par couloir.

Demande de temps officiel

Les demandes de temps officiel doivent être adressées au bureau de l'administration au plus tard avant le début de l'épreuve en question.

Relais

- Les relais ne sont nagés que dans les finales.
- Les nageurs de la compétition 1 ne peuvent nager que dans les relais de la compétition 1. Les nageurs de la compétition 2 ne peuvent nager que dans les relais de la compétition 2.
- Deux (2) équipes de relais au maximum par catégorie d'âge pour chaque groupe de compétition.
- Les athlètes peuvent participer à un relais par session.
- Les épreuves de relais seront nagées senior.
- Les entraîneurs doivent retourner les feuilles de relais remplies avec l'ordre des athlètes au bureau d'administration avant la fin des préliminaires.
- Heure limite pour les changements de noms de relais : 30 minutes avant le début de la session des finales.

Age Categories

For Individual Events: 11-12, 13-14, 15+

For Relays: 11-12, 13-14, 15+

For Prizes: 13-14, 15-16, 17+

The athlete's age category is their age as of December 4th, 2025.

Qualification Period

The qualifying period is between **September 1, 2024 and November 21, 2025**.

Preliminaries

- All times submitted in Long Course Meters (50m) will be converted by the organizing committee (linear 2%).
- Converted times will not be accepted
- No time trials nor exhibition swims will be allowed
- Rule II.3.1.1.1 does not apply: all events will be swum in preliminaries regardless of the number of entries.
- All events will be swum senior seeded from slowest to fastest except for the 400m IM, 400m Freestyle, 1500m Freestyle, and 800m Freestyle which will swim from fastest to slowest.

Long Distance – 800m and 1500m Freestyle

- The 800m and 1500m Freestyle events cannot be swum as a bonus—Athletes must have the qualification time.
- These are timed final events.
- The qualified athlete can only swim one out of the two offered distance events (800m and 1500m freestyle).
- Meet management reserves the right to limit the entries in the 800m and 1500m events.
- These events are swum with one athlete per lane.

Official Time Request

Requests for official time must be made to the admin desk at the latest before the start of the event in question.

Relays

- Relays are swum in finals only.
- Competition 1 swimmers can only swim in competition 1 relays. Competition 2 swimmers can only swim in competition 2 relays.
- Maximum two (2) relay teams per age category for each competition group.
- Athletes can swim in one relay per session.
- Will be swum senior seeded.
- Coaches must return the relay sheets completed with the order of athletes to the Administration Desk by the end of preliminaries.
- Deadline for relay name changes: 30 minutes prior to the start of the Final session.



Finales

- Les finales pour les catégories d'âge de 14 ans et moins auront une série A et une série B si au moins vingt-cinq athlètes se sont inscrits après l'heure limite officielle des forfaits des préliminaires.
- Pour les finales des 15 ans et plus, le finale A est pour tous les athlètes 15 ans et plus. Les finales B sont pour les athlètes de 15 et 16 ans seulement.
- Les épreuves de 400m n'auront qu'une seule finale pour les 11-12 ans et les 13-14 ans, avec la possibilité d'une finale A et B pour les 15 ans et plus s'il y a plus de vingt-cinq athlètes inscrits dans l'épreuve après la date limite officielle pour le scratch des préliminaires.

Horaire et épreuves

Numérotation des épreuves

Groupe de compétition 1 - numéros d'épreuves 101 à 199
Groupe de compétition 2 - numéros d'épreuves 201 à 299
Les numéros des épreuves peuvent être modifiés après réception des inscriptions. Merci de vous référer au bulletin technique.

400m QNI, 400 m, 800 m et 1500m Freestyle : L'équipe de gestion des compétitions se réserve le droit de limiter les inscriptions.

Bulletin technique

Le bulletin technique sera transmis aux clubs participants et sera disponible sur le site web.

Officiels et bénévoles

Si vous êtes intéressé(e) à participer en tant qu'officiel(le) ou bénévole, il vous suffit d'indiquer votre intérêt en remplissant le formulaire en ligne suivant : TBD

Pour de plus amples informations, veuillez envoyer un courriel à : pcsc.roc@gmail.com

Course de sprint à élimination - 50 libre

Avant les relais du vendredi soir, il y aura une épreuve de 50 libre comprenant les 40 meilleurs temps prouvés de 50 libre pour les hommes et les femmes (pas de catégories d'âge, pas de groupes de compétition, etc.) Les 40 meilleurs temps pour les hommes et les femmes seront automatiquement inscrits dans cette épreuve, les entraîneurs pouvant se retirer de cette épreuve comme de toute autre. Les temps LCM seront convertis à 2%. **La participation à cette épreuve ne compte pas pour le maximum de 6 épreuves.**

L'attribution sera faite pyramidale. Les 4 premiers de chaque série du premier tour passeront au tour suivant. Le tour 1 comprendra 4 séries, le tour 2 comprendra 2 séries, le tour 3, 1 série et le tour 4 les quatre premiers du tour 3. **Le gagnant du dernier tour remportera 250\$**

Finals

- 14 and under age category finals will have an A and a B heat if at least twenty-five athletes have entered after the official scratch deadline for prelims.
- Finals for the 15+ category will be as follows: A final will be for the top ten 15+ athletes. B final will be only 15-16-year-old athletes.
- 400m events will have only 1 final for 11-12, and 13-14, with the possibility of A and B finals for 15+ if there are more than twenty-five total athletes entered in the event after the official prelim scratch deadline.

Schedule and Events

Events numbering

Competition Group 1 – event numbers 101 to 199

Competition Group 2 – event numbers 201 to 299

Event numbers may be different after the entries are received. Please refer to the technical bulletin.

400m IM, 400 m, 800 m and 1500m Freestyle: The Competition Management team reserves the right to limit the entries.

Technical Bulletin

The technical bulletin will be transmitted to the participating clubs and will be available on the website

Officials and Volunteers

If you are interested in helping as an official or volunteer, simply indicate your interest by completing the following online form: TBD

For further information please send an email to:
pcsc.roc@gmail.com

Friday Night Knockout — 50 Free

Before the relays on Friday night, there will be a 50 Free knockout comprising the top forty proven 50 Freestyles for Men and Women (no age categories, no competition groups, etc.). The top 40 times for men and women will be entered in this event automatically, with coaches able to scratch from this event like any other. LCM times will be converted at 2%. **Participation in this event does not count towards the 6 event maximum.**

The event will be seeded pyramid style, with the top four finishers of each heat moving on to the next round. Round one will be 4 heats. round two will be 2 heats, round three will be 1 heat and then the final four will compete in round four, with **the winner of the final heat winning \$250.**



**TEAM AQUATIC
SUPPLIES LTD**

Jeudi 4 décembre | Thursday, December 4th

FINAL		
Début de l'échauffement Warmup :		16:00
Début de la compétition Start of competition:		17:00
F W	Épreuve Event	H M
101 201	800m Libre Freestyle	102 202
103 203	1500m Libre Freestyle	104 204

Vendredi 5 décembre | Friday, December 5th

PRELIM		
Début de l'échauffement Warmup :		7:00
Début de la compétition Start of competition:		8:00
F W	Épreuve Event	H M
105 205	200m Libre Freestyle	106 206
107 207	100m Papillon Fly	108 208
109 209	100m Dos Backstroke	110 210
111 211	400m QNI IM	112 212

FINAL		
Début de l'échauffement Warmup :		16:00
Début de la compétition Start of competition:		17:00
F W	Épreuve Event	H M
105 205	200m Libre Freestyle	106 206
107 207	100m Papillon Butterfly	108 208
109 209	100m Dos Backstroke	110 210
111 211	400m QNI IM	112 212
50m Libre Course de sprint à élimination 50m Free Knockout		
113 213	4x50m Libre Mixte Free Mixed	114 214

Samedi 6 décembre | Saturday, December 6th

PRELIM		
Début de l'échauffement Warmup :		7:00
Début de la compétition Start of competition:		8:00
F W	Épreuve Event	H M
115 215	200m Dos Backstroke	116 216
117 217	50m Libre Freestyle	118 218
119 219	200m Brasse Breast	120 220
121 221	400m Libre Freestyle	122 222

FINAL		
Début de l'échauffement Warmup :		16:00
Début de la compétition Start of competition:		17:00
F W	Épreuve Event	H M
115 215	200m Dos Backstroke	116 216
117 217	50m Libre Freestyle	118 218
119 219	200m Brasse Breast	120 220
121 221	400m Libre Freestyle	122 222
123 223	4x50m QNI IM	124 224

Dimanche 7 décembre | Sunday, December 7th

PRELIM		
Début de l'échauffement Warmup :		7:00
Début de la compétition Start of competition:		8:00
F W	Épreuve Event	H M
125 225	100 Libre Freestyle	126 226
127 227	100m Brasse Breast	128 228
129 229	200m Papillon Fly	130 230
131 231	200 QNI IM	132 232

FINAL		
Début de l'échauffement Warmup :		15:00
Début de la compétition Start of competition:		16:00
F W	Épreuve Event	H M
125 225	100 Libre Freestyle	126 226
127 227	100m Brasse Breast	128 228
129 229	200m Papillon Fly	130 230
131 231	200 QNI IM	132 232
133 233	4x50m Libre Libre	134 234

Récompenses

Les athlètes du groupe 1 recevront des prix en argent en fonction du total des points FINA combinés pour leurs courses en finale pour leur sexe et leur catégorie d'âge. Il y aura 6 catégories de prix au total (filles/garçons 13-14 ans, 15-16 ans, 17 ans et plus). En cas d'égalité, le gagnant sera l'athlète ex aequo ayant obtenu le plus grand nombre de points AQUA dans une épreuve.

Catégorie d'âge : 13-14**

Première place : 500 \$
Deuxième place : 200 \$
Troisième place : 100 \$

Catégories d'âge : 15-16* et 17+**

Première place : 1000 \$
Deuxième place : 500 \$
Troisième place : 200 \$

**Le classement pour la catégorie 15-16 ans sera combiné avec les finales A et B et les points seront attribués aux 10 meilleurs temps, pas au classement général.*

***Le classement pour les catégories 13-14 et 17+ sera basé uniquement sur le placement dans la finale A et non sur les 10 meilleurs temps. Les classements pour les épreuves de 800 m et 1500 m nage libre seront basés sur les dix meilleurs temps.*

Des médailles seront attribuées aux trois premiers des finales A des épreuves individuelles et des relais.

Pointage

Le système de pointage suivant sera utilisé pour les catégories 13-14 ans, 15-16 ans, et 17 ans et plus.

Épreuves individuelles : 11-9-8-7-6-5-4-3-2-1

Date limite d'inscription

21 novembre 2025

Frais d'inscription

115 \$ par athlète, ce qui inclut les frais fixes de (6,96 \$ + taxes) de la FNQ
25 \$ par épreuve de relais

Le paiement doit être remis au bureau de l'administration avant le début de la compétition. Le chèque doit être libellé à l'ordre de

VILLE DE POINTE-CLAIRE

- Les frais d'inscription ne sont pas remboursables.
- Le paiement par carte de crédit sera disponible dans le hall d'entrée du Centre aquatique le jeudi et le vendredi de 12 h à 16 h.
- Veuillez consulter le bulletin technique pour plus d'informations.

Rewards

Athletes from group 1 will receive cash prizes based on the total combined FINA points for their races in finals for their gender and age category. There will be 6 total categories for prizes (Girls/Boys 13-14, 15-16, 17+). If there is a tie the winner will be the tied athlete with the single highest AQUA point score.

Age category: 13-14**

First place: \$500
Second place: \$200
Third place: \$100

Age categories: 15-16* and 17+**

First place: \$1000
Second place: \$500
Third place: \$200

**Ranking for the 15-16 category will be combined from A and B heats and points assigned to the top 10 times, not overall place.*

***Rankings for 13-14 and 17+ will be based only on the placement in the A final and not based on top 10 times. Rankings for the 800 and 1500m freestyle will be based on the top 10 times.*

There will be medals for all top three places in A finals for individual events and relays.

Scoring

The following scoring will be used for the 13-14, 15-16, and 17+ categories.

Individual events: 11-9-8-7-6-5-4-3-2-1

Registration Deadline

November 21st, 2025

Entry Fees

\$115 per athlete which includes FNQ fixed fees of \$6.96 + taxes
\$25 per relay event

Payment must be submitted to the administration desk prior to the start of the competition. Please make check payable to

VILLE DE POINTE-CLAIRE

- Entry fees are not refundable
- Payment by credit card will be available at the lobby of the Aquatic Center on Thursday and Friday from 12 p.m. to 4 p.m.
- Please check the technical bulletin for more information.



**TEAM AQUATIC
SUPPLIES LTD**

Résultats

- Disponible via l'application SplashMe.
- Sur le site web de Natation Canada et swimrankings.net quelques jours après la rencontre.

Inscription tardive

Les inscriptions sur le bord de la piscine ne sont pas acceptées.

Forfaits et Modifications

Forfaits pour les épreuves individuelles

- Date limite pour les forfaits des épreuves de longue distance : Jeudi à 10 heures.
- Épreuves préliminaires : Les forfaits doivent être soumis au plus tard à 17h30 le jour précédent.
- Finales : Les forfaits doivent être soumis au plus tard 30 minutes après la fin de la session préliminaire.

Confirmation, forfaits et modifications des épreuves de relais

- Une confirmation de l'équipe de relais (noms des athlètes et ordre des membres du relais) ou un forfait d'une équipe de relais doit être soumis au plus tard 30 minutes après la fin de la session préliminaire.
- Heure limite pour les changements de noms de relais : 30 minutes avant le début de la session finale.
- Tout finaliste qui se retire après la date limite sera retiré de toutes les épreuves finales restantes (y compris les épreuves de relais) de cette journée.

Informations complémentaires

Échauffement

Pour l'échauffement des préliminaires, les groupes seront assignés à des couloirs et à des heures spécifiques. Les échauffements des finales sont ouverts (pas d'assignation de couloir).

Nageurs S/sourds et malentendant

Cette compétition peut offrir les aménagements suivants aux nageurs sourds et malentendants :

Veuillez identifier les mesures applicables à cette compétition :

1. Instruction non verbale fournie par une personne de confiance
2. Stroboscope visuel de départ
3. Signes manuels de départ visuel donnés par le starter/arbitre ou une autre personne.

Les clubs doivent communiquer avec la direction de la compétition avant la date limite d'inscription pour faire part de leurs besoins en matière d'accommodement. Le personnel de soutien doit être inclus dans le processus de soumission des inscriptions.

**Notez que la personne de soutien doit avoir le statut « actif » en tant que membre du personnel de soutien avec Natation Canada, sinon son accès sera refusé.*

Results

- Available through SplashMe.
- On the Swimming Canada website and swimrankings.net a few days after the competition.

Late Registration

Deck entries are not accepted.

Scratches and Modifications

Scratches for individual events

- Deadline to scratch long distance events: Thursday at 10 am.
- Preliminaries: Scratches must be submitted at the latest 17h30 of the previous day.
- Finals: Scratches must be submitted no more than 30 minutes after the end of the preliminary session.

Confirmation, Scratch and Modifications of relay events

- A confirmation of the relay team (athlete names and the order of the relay members) or scratch of a relay team must be submitted no more than 30 minutes after the end of the preliminary session.
- Deadline for relay name changes: 30 minutes prior to the start of the final session.
- Any finalist who withdraws after the deadline will be removed from all the remaining final events (including relay events) of that day.

Additional Information

Warm Up

For warm up in preliminaries, groups will be assigned to specific lanes and times. Warm ups in finals are open (no lane assignment).

d/Deaf and Hard of Hearing Accommodation

This competition can provide the following accommodations for swimmers who are deaf and hard of hearing:

Please identify the applicable for this competition:

1. Non-verbal instruction provided by a trusted person
2. Visual Start Strobe
3. Visual Start hand signals given by the starter/referee or other person.

Clubs are to contact Meet Management by the Entry Deadline of the need for accommodations. Support Staff must be included in the submission of entries process.

**Note that the support person must have "Active" status as a support staff member with Swimming Canada, otherwise their access will be denied.*



Photographie/vidéographie

Afin de minimiser les risques, toutes les photos et vidéos prises lors des compétitions sanctionnées par la FNQ, que ce soit par un photographe ou vidéaste professionnel, un spectateur, le personnel de soutien de l'équipe ou tout autre participant, doivent respecter les normes de décence généralement acceptées. En aucun cas, les caméras ou autres appareils d'enregistrement ne sont autorisés dans la zone située immédiatement derrière les plots de départ lors des départs d'entraînement ou de compétition, ni dans les vestiaires, les salles de bain ou toute autre zone d'habillage.

Courtoisie

Le Club de natation de Pointe-Claire est heureux d'offrir une aire d'accueil qui sera ouverte à tous les entraîneurs et officiels pendant toute la durée de la compétition.

Règlements et admissibilité

Règlements

Les règlements de Natation Canada et ceux de la FNQ seront en vigueur, incluant le Règlement de sécurité de la natation en bassin.

Durant la compétition, les procédures de sécurité pour l'échauffement en compétition de Natation Canada seront en vigueur, un athlète fautif pourrait être pénalisé et ne pas participer à sa première épreuve de la session.

Admissibilité des athlètes

Les nageurs et nageuses doivent être inscrits comme membres compétitifs ou non-compétitifs* à la Fédération de natation du Québec ou de sa propre fédération provinciale/nationale.

**Les nageurs et nageuses inscrits non-compétitifs doivent en être à leur première compétition de la saison en cours afin de pouvoir y prendre part.*

Admissibilité des clubs

Chaque club participant à cette compétition devra être membre en règle de la FNQ ou de sa propre fédération provinciale/nationale.

Admissibilité des entraîneurs et entraîneuses

- Chaque entraîneur ou entraîneuse participant à une compétition devra être membre en règle de la FNQ ou de sa propre fédération provinciale/nationale.
- Afin de pouvoir participer à des compétitions sanctionnées de type provinciale, l'entraîneur ou l'entraîneuse d'un club québécois doit avoir minimalement obtenu le statut « certifié » du PNCE 101.
- Chaque club devra obligatoirement avoir une entraîneuse ou un entraîneur exclusivement dédié à sa fonction d'entraîneur(e) durant une compétition.

Photography/Videography

In order to minimize risk, all photos and videos taken during FNQ-sanctioned competitions, whether taken by a professional photographer or videographer, a spectator, team support staff or any other participant, must meet generally accepted standards of decency. Under no circumstances are cameras or other recording devices permitted in the area immediately behind the starting blocks during training or competition starts, or in changing rooms, bathrooms or any other dressing area.

Hospitality

The Pointe-Claire Swim Club is pleased to offer a hospitality area that will be open throughout the meet to all coaches and officials.

Regulations and Eligibility

Regulations

Swimming Canada and FNQ rules will be in effect, including the Pool Safety Rules.

During the competition, Swimming Canada's competition warm-up safety procedures will be in effect. Any athlete who violates these procedures may be penalized and will not be allowed to participate in their first event of the session.

Athletes' Eligibility

Swimmers must be registered as competitive or non-competitive* members of the Quebec Swimming Federation or their own provincial/national federation.

**Swimmers registered as non-competitive must be participating in their first competition of the current season in order to take part.*

Club Eligibility

Each club participating in this competition must be a member in good standing of the FNQ or its own provincial/national federation.

Coach Eligibility

- Every coach participating in a competition must be a member in good standing of the FNQ or their own provincial/national federation.
- In order to participate in provincial-level sanctioned competitions, coaches from Quebec clubs must have obtained at least NCCP 101 "certified" status.
- Each club must have a coach who is exclusively dedicated to coaching during a competition.



**TEAM AQUATIC
SUPPLIES LTD**

ANNEXE 1 - INVITATION POINTE-CLAIRE TEMPS DE QUALIFICATION

APPENDIX 1 - POINTE-CLAIRE INVITATIONAL STANDARDS

Pointe-Claire Invitational Time Standards Filles | Girls - Short Course Meters (25m)

Level Age	Competition Group 2						Competition Group 1					
	11	12	13	14	15	16+	11	12	13	14	15	16+
50 Free	35.06	33.31	31.61	30.98	30.36	29.75	31.56	29.98	28.61	28.03	27.47	26.92
100 Free	1:17.05	1:13.20	1:09.47	1:08.08	1:06.72	1:05.39	1:09.59	1:06.11	1:02.75	1:01.49	1:00.26	59.06
200 Free	2:47.34	2:38.98	2:29.83	2:26.83	2:23.89	2:21.02	2:31.00	2:23.45	2:15.39	2:12.68	2:10.02	2:07.42
400 Free	5:50.11	5:32.60	5:14.13	5:07.85	5:01.69	4:55.66	5:15.93	5:00.13	4:43.77	4:38.09	4:32.53	4:27.08
800 Free	12:15.79	11:39.00	11:11.23	10:57.81	10:44.65	10:31.76	11:03.93	10:30.73	9:56.34	9:44.41	9:32.72	9:21.27
1500 Free	19:31.66	19:31.66	21:24.27	20:58.58	20:33.41	20:08.74	19:31.66	19:31.66	19:31.66	19:08.23	18:45.26	18:22.76
100 Back	1:30.19	1:25.68	1:17.03	1:15.49	1:13.98	1:12.50	1:16.21	1:12.40	1:09.52	1:08.13	1:06.77	1:05.43
200 Back	3:06.77	2:57.43	2:45.31	2:42.00	2:38.76	2:35.59	2:41.46	2:33.39	2:29.31	2:26.33	2:23.40	2:20.53
100 Breast	1:39.85	1:34.86	1:27.53	1:25.78	1:24.07	1:22.39	1:25.72	1:21.43	1:19.03	1:17.45	1:15.90	1:14.38
200 Breast	3:32.21	3:21.60	3:09.45	3:05.66	3:01.95	2:58.31	3:03.54	2:54.37	2:51.14	2:47.72	2:44.36	2:41.08
100 Fly	1:27.73	1:23.34	1:14.72	1:13.23	1:11.77	1:10.33	1:13.91	1:10.21	1:07.45	1:06.10	1:04.78	1:03.49
200 Fly	3:06.86	2:57.52	2:45.40	2:42.09	2:38.85	2:35.67	2:41.56	2:33.48	2:33.17	2:30.11	2:27.10	2:24.16
200 IM	3:08.14	2:58.73	2:48.99	2:45.61	2:42.30	2:39.06	2:42.61	2:34.48	2:32.60	2:29.55	2:26.56	2:23.63
400 IM	6:41.00	6:20.95	5:57.16	5:50.02	5:43.02	5:36.16	5:46.74	5:29.41	5:27.33	5:20.78	5:14.37	5:08.08

Pointe-Claire Invitational Time Standards Filles | Girls - Long Course Meters (50m)

Level Age	Competition Group 2						Competition Group 1					
	11	12	13	14	15	16+	11	12	13	14	15	16+
50 Free	36.52	34.69	32.59	31.94	31.30	30.67	32.87	31.23	29.49	28.90	28.32	27.76
100 Free	1:20.27	1:16.25	1:11.62	1:10.19	1:08.78	1:07.41	1:12.49	1:08.87	1:04.69	1:03.40	1:02.13	1:00.89
200 Free	2:54.32	2:45.60	2:34.46	2:31.37	2:28.34	2:25.38	2:37.29	2:29.43	2:19.57	2:16.78	2:14.05	2:11.37
400 Free	6:04.70	5:46.46	5:23.85	5:17.37	5:11.02	5:04.80	5:29.09	5:12.64	4:52.54	4:46.69	4:40.96	4:35.34
800 Free	12:46.45	12:08.13	11:31.99	11:18.15	11:04.59	10:51.30	11:31.59	10:57.01	10:14.78	10:02.48	9:50.43	9:38.63
1500 Free	20:07.90	20:07.90	22:03.99	21:37.51	21:11.56	20:46.13	20:07.90	20:07.90	20:07.90	19:43.74	19:20.07	18:56.86
100 Back	1:33.95	1:29.25	1:19.41	1:17.82	1:16.27	1:14.74	1:19.39	1:15.42	1:11.67	1:10.24	1:08.84	1:07.46
200 Back	3:14.55	3:04.82	2:50.42	2:47.01	2:43.67	2:40.40	2:48.19	2:39.78	2:33.93	2:30.85	2:27.83	2:24.88
100 Breast	1:44.02	1:38.81	1:30.24	1:28.44	1:26.67	1:24.93	1:29.29	1:24.83	1:21.47	1:19.84	1:18.24	1:16.68
200 Breast	3:41.06	3:30.00	3:15.31	3:11.40	3:07.58	3:03.82	3:11.19	3:01.63	2:56.43	2:52.90	2:49.45	2:46.06
100 Fly	1:31.38	1:26.81	1:17.04	1:15.49	1:13.98	1:12.51	1:16.99	1:13.14	1:09.54	1:08.15	1:06.79	1:05.45
200 Fly	3:14.65	3:04.91	2:50.52	2:47.11	2:43.76	2:40.49	2:48.29	2:39.88	2:37.91	2:34.75	2:31.65	2:28.62
200 IM	3:15.98	3:06.18	2:54.22	2:50.74	2:47.32	2:43.97	2:49.39	2:40.92	2:37.32	2:34.18	2:31.09	2:28.07
400 IM	6:57.71	6:36.82	6:08.21	6:00.85	5:53.63	5:46.56	6:01.19	5:43.13	5:37.45	5:30.70	5:24.09	5:17.61

Pointe-Claire Invitational Time Standards Hommes | Men - Short Course Meters (25m)

Level Age	Competition Group 2							Competition Group 1						
	11	12	13	14	15	16	17+	11	12	13	14	15	16	17+
50 Free	33.49	31.82	30.61	30.00	29.40	28.81	28.24	30.58	29.05	26.92	25.84	25.32	24.82	24.32
100 Free	1:14.32	1:10.60	1:07.89	1:06.53	1:05.20	1:03.90	1:02.62	1:07.09	1:03.74	58.93	57.16	56.02	54.90	53.80
200 Free	2:42.24	2:34.12	2:27.72	2:24.77	2:21.87	2:19.03	2:16.25	2:26.39	2:19.07	2:08.13	2:04.29	2:01.80	1:59.37	1:56.98
400 Free	5:42.45	5:25.32	5:14.37	5:08.08	5:01.92	4:55.88	4:49.96	5:09.01	4:53.56	4:32.53	4:24.35	4:19.06	4:13.88	4:08.81
800 Free	12:02.02	11:25.92	10:44.07	10:31.19	10:18.57	10:06.19	9:54.07	10:51.45	10:18.87	9:32.62	9:21.16	9:09.94	8:58.94	8:48.16
1500 Free	18:13.68	18:13.68	20:29.37	20:04.78	19:40.69	19:17.07	18:53.93	18:13.68	18:13.68	18:13.68	17:51.80	17:30.37	17:09.36	16:48.77
100 Back	1:28.27	1:23.86	1:15.94	1:14.42	1:12.93	1:11.48	1:10.05	1:18.23	1:14.32	1:05.87	1:03.89	1:02.61	1:01.36	1:00.13
200 Back	3:03.12	2:53.96	2:44.60	2:41.31	2:38.08	2:34.92	2:31.82	2:45.30	2:37.04	2:22.68	2:18.40	2:15.63	2:12.91	2:10.26
100 Breast	1:37.30	1:32.44	1:25.45	1:23.74	1:22.06	1:20.42	1:18.81	1:26.77	1:22.44	1:14.04	1:11.82	1:10.38	1:08.98	1:07.60
200 Breast	3:24.92	3:14.67	3:05.84	3:02.13	2:58.48	2:54.91	2:51.42	3:04.89	2:55.64	2:41.12	2:36.28	2:33.16	2:30.09	2:27.09
100 Fly	1:25.72	1:21.43	1:13.23	1:11.76	1:10.33	1:08.92	1:07.54	1:15.45	1:11.67	1:03.49	1:01.59	1:00.35	59.15	57.96
200 Fly	3:04.31	2:55.09	2:44.11	2:40.83	2:37.62	2:34.46	2:31.37	2:46.26	2:37.95	2:24.20	2:19.87	2:17.07	2:14.33	2:11.65
200 IM	3:06.68	2:57.34	2:46.83	2:43.49	2:40.22	2:37.02	2:33.88	2:46.93	2:38.59	2:24.67	2:20.33	2:17.53	2:14.77	2:12.08
400 IM	6:32.33	6:12.72	5:53.75	5:46.67	5:39.74	5:32.95	5:26.29	5:53.94	5:36.25	5:10.46	5:01.14	4:55.12	4:49.22	4:43.43

Pointe-Claire Invitational Time Standards Hommes | Men - Long Course Meters (50m)

Level Age	Competition Group 2							Competition Group 1						
	11	12	13	14	15	16	17+	11	12	13	14	15	16	17+
50 Free	34.89	33.15	31.56	30.93	30.31	29.70	29.11	31.85	30.26	27.75	26.64	26.11	25.59	25.07
100 Free	1:17.42	1:13.54	1:09.99	1:08.59	1:07.22	1:05.87	1:04.56	1:09.89	1:06.40	1:00.75	58.93	57.75	56.59	55.46
200 Free	2:49.00	2:40.55	2:32.29	2:29.24	2:26.26	2:23.33	2:20.47	2:32.49	2:24.87	2:12.09	2:08.13	2:05.57	2:03.06	2:00.60
400 Free	5:56.72	5:38.88	5:24.09	5:17.61	5:11.26	5:05.03	4:58.93	5:21.89	5:05.80	4:40.96	4:32.53	4:27.08	4:21.74	4:16.50
800 Free	12:32.11	11:54.50	11:03.99	10:50.71	10:37.70	10:24.94	10:12.44	11:18.59	10:44.66	9:50.33	9:38.52	9:26.95	9:15.61	9:04.50
1500 Free	18:47.50	18:47.50	21:07.39	20:42.04	20:17.20	19:52.86	19:29.00	18:47.50	18:47.50	18:47.50	18:24.95	18:02.85	17:41.20	17:19.97
100 Back	1:31.95	1:27.35	1:18.29	1:16.72	1:15.19	1:13.69	1:12.21	1:21.49	1:17.42	1:07.90	1:05.87	1:04.55	1:03.26	1:01.99
200 Back	3:10.75	3:01.21	2:49.69	2:46.30	2:42.97	2:39.71	2:36.52	2:52.19	2:43.58	2:27.09	2:22.68	2:19.82	2:17.03	2:14.29
100 Breast	1:41.36	1:36.29	1:28.09	1:26.33	1:24.60	1:22.91	1:21.25	1:30.39	1:25.87	1:16.33	1:14.04	1:12.56	1:11.11	1:09.69
200 Breast	3:33.46	3:22.78	3:11.59	3:07.76	3:04.00	3:00.32	2:56.72	3:12.59	3:02.96	2:46.10	2:41.12	2:37.89	2:34.74	2:31.64
100 Fly	1:29.29	1:24.83	1:15.49	1:13.98	1:12.50	1:11.05	1:09.63	1:18.59	1:14.66	1:05.45	1:03.49	1:02.22	1:00.98	59.76
200 Fly	3:11.99	3:02.39	2:49.19	2:45.81	2:42.49	2:39.24	2:36.06	2:53.19	2:44.53	2:28.66	2:24.20	2:21.31	2:18.49	2:15.72
200 IM	3:14.46	3:04.73	2:51.99	2:48.55	2:45.18	2:41.88	2:38.64	2:53.89	2:45.20	2:29.15	2:24.67	2:21.78	2:18.94	2:16.16
400 IM	6:48.68	6:28.25	6:04.69	5:57.40	5:50.25	5:43.24	5:36.38	6:08.69	5:50.26	5:20.06	5:10.46	5:04.25	4:58.16	4:52.20