

# PCSC Invitational 2025

Préparation essentielle et directives  
pour les ENTRAÎNEURS

# Aperçu de l'événement

## Dates et lieu de l'événement

Le PCSC Invitational aura lieu du 4 au 7 décembre 2025 au Centre aquatique de Pointe-Claire, Québec.

## Groupe de compétition 1 (G1)

Le Groupe 1 comprend les épreuves 101 à 199, incluant les épreuves individuelles et les relais.

## Groupe de compétition 2 (G2)

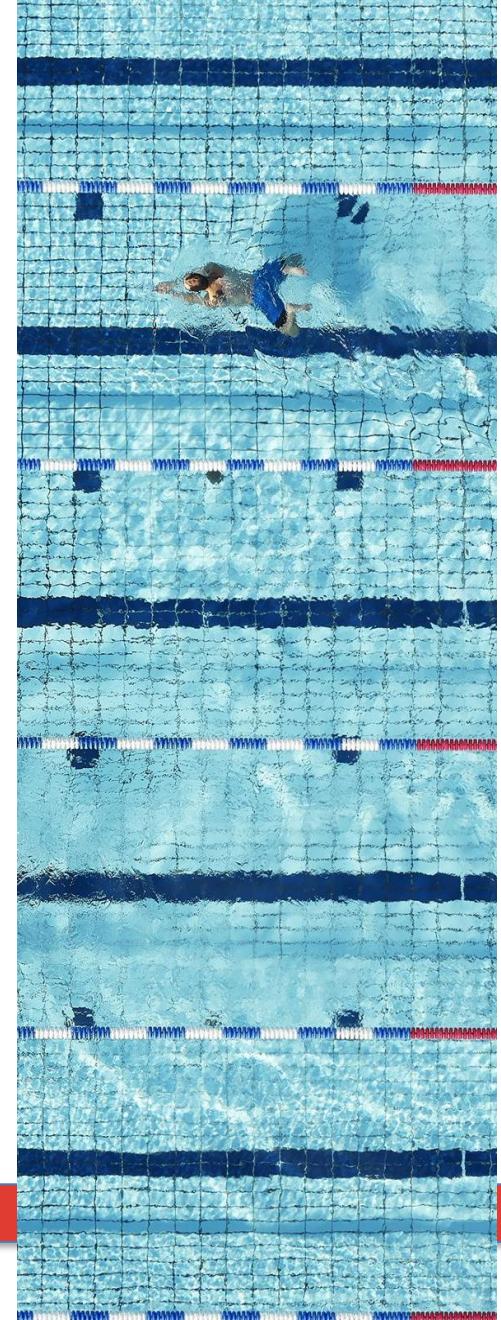
Le Groupe 2 comprend les épreuves 201 à 299, incluant les épreuves individuelles et les relais.

## Épreuves pour 15 ans et plus

Les épreuves numérotées 301 à 399 sont pour G1 et G2, incluant les épreuves individuelles et les relais.

## Épreuves Knock-Out

Épreuves numérotées 800 à 899.



# Assignations Bassins profonde et peu profonde

## Bassin Profonde

Assignée aux nageurs du G1, aux 40 meilleurs des rondes Knock-Out, à tous les relais et au groupe le plus rapide du G2 pour le 1500 m.

## Bassin Peu Profonde

Assignée aux nageurs du G2.

**Attention!** Il se peut que nous devions déplacer des nageurs du bassin peu profonde vers la profonde : vérifiez Itemface pour rester à jour.

## Protocoles et sécurité des nageurs

Les nageurs doivent rester dans l'eau jusqu'au départ suivant pour assurer la fluidité et la sécurité, SAUF pour le dos et les relais.



# Directives pour l'échauffement

## Importance de la communication

Les entraîneurs doivent communiquer clairement les assignations et règles d'échauffement pour maintenir l'ordre et la sécurité.

## Respect des procédures de sécurité

Les sessions d'échauffement suivent strictement les règles de Natation Canada.

## Assignation des couloirs pour l'échauffement

Préliminaires : les couloirs 8 et 9 dans la piscine 10x50 m (extrémité profonde) sont réservés pour les sprints et plongeons durant les 15 dernières minutes.

# Présence positive, retraits des finales et longues distances

## Présence positive obligatoire

Tous les nageurs des épreuves 800 m et 1500 m doivent confirmer leur présence via Itemface avant les délais.

## Chronométrage automatique des temps de passage

Épreuves de 1500 m avec temps officiel au 800 m : besoin de plus de bénévoles. Option : apportez votre propre chronométreur. 10 compteurs de longueurs disponibles; l'entraîneur est responsable.

## WDR Retrait des finales

Si effectué après la date limite, le nageur sera retiré de toutes les finales restantes (y compris les relais) de la journée.



# Knock-Out le vendredi soir

## Quatre rondes

Nage séparée et alternée (hommes-femmes). Vérifiez le programme !

## Qui gagne ?

Le gagnant de la dernière course par genre.

## Pas de médaille, juste de l'argent

Réclamez les 250 \$.

## Entrées automatiques et retraits WDR

Si votre nageur –inscrit automatiquement– ne veut pas nager, veuillez effectuer le retrait via Itemface avant 12 h vendredi.

# Procédures pour les médailles

## Horaire de remise des médailles

Les médailles sont remises quelques minutes après chaque finale A des groupes 1 et 2.

## Procédure de podium

Les nageurs classés 1er, 2e ou 3e doivent se rendre directement au podium sur la plate-forme de plongeon de 3 m après leur course.

## Collecte des médailles et tirage

La collecte rapide des médailles donne accès au tirage; les médailles non réclamées peuvent être récupérées par les entraîneurs après la session.

## Disponibilité des médailles pour 800-1500 et relais

Médailles pour 800 m et 1500 m disponibles vendredi matin; médailles de relais pour toute l'équipe prêtes le lendemain matin. Aucun envoi postal après l'événement.

# Courtoisie et services

## Nourriture pour entraîneurs

Collations disponibles sous la tente près du bureau administratif; repas dans le gymnase.

## Cantine avec paiements électroniques

Une cantine dans le hall offre des rafraîchissements et accepte les paiements électroniques.

## Espace photo pour l'esprit d'équipe

Un espace photo est disponible pour immortaliser l'esprit d'équipe et gagner des cartes-cadeaux !



# Protocoles de sécurité et premiers soins

## Premiers soins disponibles

Services de premiers soins au poste des sauveteurs pour assistance immédiate.

## Instructions d'urgence

Les sauveteurs fourniront des instructions détaillées et suivent des protocoles pour assurer la sécurité de tous.

## Système de secours électrique

Un générateur démarre en quelques minutes pour rétablir l'éclairage.

## Visibilité et pause des épreuves

Les épreuves sont suspendues en cas de faible visibilité pour protéger les nageurs.

# Besoin de plus d'infos ?

Veuillez visiter notre site web ou Itemface.



# Remarques finales

- Paiements acceptés : chèques et cartes de crédit à la réception.
- Venez vous amuser samedi 6 décembre 2025 et célébrez avec nous au gymnase !
- Apportez votre énergie et encouragez vos nageurs pour les relais et Knock-Out.
- Apportez des chaussures propres et une bouteille d'eau.
- Aucun verre sur le bord de la piscine.
- Toujours traiter nos bénévoles avec respect et courtoisie.

