



DIVING PLONGEON CANADA
et le
CLUB DE PLONGEON GATINEAU

présentent les
**ESSAIS JUNIOR DE PLONGEON
SPEEDO 2024**

Gatineau, QC

du 4 au 6 Octobre

diving.ca



INFORMATIONS GÉNÉRALES

Les essais junior de plongeon Speedo 2024 sont sanctionnés par Diving Plongeon Canada et Plongeon Quebec, et organisés par le Club de plongeon Gatineau.

Dates	4 au 6 Octobre 2024
Lieu	Centre Sportif de Gatineau 850 boul. de la Gappe, Gatineau, QC J8T 7T7 +1 (819) 503-8500 Site Web
Club hôte	Club de plongeon Gatineau 850, boul. de la Gappe, suite 214 informations@plongeongatineau.ca +1 (819) 246-7666 Site Web
Directrice de la compétition	Neris Gonzalez Lopez - neris@diving.ca
Présidente technique	Andrée Pouliot-Deschamps - andree@diving.ca
Arbitre de l'événement	Sara Toth - sara@diving.ca

FORMAT DE LA COMPÉTITION

- Garçons et Filles
- Groupe B (14-15 ans) – Individuel 1m, 3m et Plateforme
- Groupe A (16-18 ans) – Individuel 1m, 3m et Plateforme
- Préliminaires et finales
- Les six meilleurs plongeurs des préliminaires accèdent aux finales

ÉQUIPEMENT

- (3) tremplins Duraflex "B" de un mètre
- (2) tremplins Duraflex "B" de trois mètres
- Tour de béton autonome incluant des plateformes de 3m, 5m, 7,5m et 10m
- Systèmes de pulvérisation complets situés sous tous les tremplins de compétition
- Zone d'entraînement à sec avec tapis, trampoline et tremplin sec
- Machine à bulles installée sous la tour et à trois mètres

**WE FLY
PLUS HAUT**

CRITÈRES D'ENTRÉE ET RÈGLES

Éligibilité à participer aux essais junior de plongeon Speedo 2024

Athlètes étant nés entre le 1er janvier 2006 et le 31 décembre 2010 et étant éligibles pour représenter le Canada.

- Athlètes sur l'équipe national senior 2024
- Athlètes sur l'équipe national junior 2024
- Athlètes s'étant classé dans le Top 3 des résultats finaux de l'épreuve 1m aux championnats nationaux junior elite
- Athlètes s'étant classé dans le Top 6 des résultats finaux de l'épreuve 3m aux championnats nationaux junior elite
- Athlètes s'étant classé dans le Top 6 des résultats finaux de l'épreuve plateforme aux championnats nationaux junior elite
- Considération spéciale (l'athlète doit soumettre une demande)
 - Blessure
 - Équipe des championnats du monde
 - Équipe des Jeux du Commonwealth
 - Autres circonstances

Liste des plongeurs qualifiés

La liste des athlètes éligibles sera disponible [ICI](#).

(Sur diving.ca > Ressources > Athlètes > Athlètes Juniors et Seniors Qualifiés)

Veuillez vérifier que vos athlètes qui devraient être qualifiés figurent sur la liste.

Veuillez contacter Neris si certains de vos plongeurs ne se trouvent pas sur la liste en fournissant les informations ci-dessous :

- Nom complet du plongeur, club et groupe d'âge
- Compétition, événement et résultats où le plongeur a atteint la norme

ÉVÉNEMENT DE SÉLECTION

4

Les essais junior de plongeon Speedo 2024 serviront d'événement de qualification pour les Championnats du monde aquatiques de plongeon junior, du 24 novembre au 1 décembre, 2024 à Rio de Janeiro, Brésil. Plus de détails concernant les critères de sélection seront envoyés dans une communication séparée.

RÈGLES GÉNÉRALES DE LA COMPÉTITION

	1M	3M	PLATFORM
GIRLS A	Preliminaries	Preliminaries	Preliminaries
	5 (9.0) + 4	5 (9.5) + 4	4 (7.6) + 4
	Finals	Finals	Finals
	4	4	4
	Specifications	Specifications	Specifications
			One dive must be from group 200 or 300 or 62X 5 groups must be represented
GIRLS B	Preliminaries	Preliminaries	Preliminaries
	5 (9.0) + 3	5 (9.5) + 3	4 (7.6) + 3
	Finals	Finals	Finals
	3	3	3
	Specifications	Specifications	Specifications
	One dive must be from group 200 or 300	One dive must be from group 200 or 300	One dive must be from group 200 or 300 or 62X 5 groups must be represented
BOYS A	Preliminaries	Preliminaries	Preliminaries
	5 (9.0) + 5	5 (9.5) + 5	4 (7.6) + 5
	Finals	Finals	Finals
	5	5	5
	Specifications	Specifications	Specifications
			6 groups must be represented
BOYS B	Preliminaries	Preliminaries	Preliminaries
	5 (9.0) + 4	5 (9.5) + 4	4 (7.6) + 4
	Finals	Finals	Finals
	4	4	4
	Specifications	Specifications	Specifications
			5 groups must be represented
SPECIFICATION FOR ALL AGE GROUPS AND EVENTS			
	Can't use:	Can't use:	Can't use:
	5X11, 5131, 5151, 5431	5X11, 5131, 5151, 5431	5X11, 5131, 5151, 5431
	5133, 5153, 5433, 5453	5133, 5153, 5433, 5453	5133, 5153, 5433, 5453
	No foot first entry are permitted	No foot first entry are permitted	No foot first entry are permitted

EXIGENCES DE CERTIFICATION DES ENTRAÎNEURS POUR LES CHAMPIONNATS NATIONAUX JUNIORS/SENIORS ET LES ÉVÉNEMENTS DE SÉLECTION

Statut de certification des entraîneurs	Accès à l'entraînement en piscine et hors de l'eau
Considéré comme un "entraîneur responsable certifié" : • Introduction à la compétition - entraîneur certifié et évalué par DPC • Certifié NCCP niveau 2 plus entraîneur certifié en MED et évalué par DPC	Autorisé à entraîner lors des championnats nationaux/épreuves de sélection sans restrictions.
Considéré comme un "entraîneur en formation" : • Introduction à la compétition - entraîneur certifié et évalué par DPC avec un statut de casier "En formation" et ayant terminé MED ou • Un entraîneur certifié et évalué par DPC avec le statut "formé" et ayant suivi la formation MED.	Peut demander une exemption unique pour pouvoir assister à un événement national avec un entraîneur responsable certifié. L'entraîneur responsable certifié doit être sur le bord du bassin et dans la zone d'entraînement à sec avec l'entraîneur en formation pendant toute la durée de l'entraînement/de la compétition.
Non certifié par le PNCE Instruction débutant Niveaux pré-plongeon	Non autorisé à entraîner lors des championnats / trials nationaux. Aucune possibilité d'exemptions.

Si un entraîneur de votre club ne répond pas à la norme requise pour un entraîneur responsable certifié et tombe plutôt dans la possibilité d'obtenir une exemption unique en tant qu'entraîneur en formation, veuillez remplir le formulaire de déclaration, que vous pouvez **télécharger ICI**, et le soumettre à Tracy Bradley (tracy@diving.ca) au moins deux semaines à l'avance pour être considéré pour une exemption.

Le non-respect de la soumission du formulaire dans le délai imparti ou la participation à un championnat national ou à des trials sans exemption écrite, disqualifiera immédiatement l'entraîneur en tant qu'entraîneur en formation sur le bord du bassin ou dans les zones d'entraînement à sec.

L'entraîneur responsable certifié devra assurer une supervision directe et assumer l'entière responsabilité des actions de l'entraîneur en formation pendant la participation à un championnat national ou à des trials, y compris, sans s'y limiter, dans toutes les activités liées à la plongée sur le bord du bassin et dans l'entraînement à sec. L'entraîneur responsable certifié devra signer un formulaire de décharge déclarant qu'il assume la responsabilité de l'entraîneur en formation lors de l'événement.

OFFICIELS

Des juges de niveaux 4 et 5 ont été assignés pour juger lors de l'événement. Des juges locaux peuvent être présents sur le bord de la piscine pour agir en tant que juges-observateurs. Les arbitres d'événement porteront des hauts rouges et utiliseront des sifflets électroniques. Tous les juges devront porter des hauts blancs, des bas noirs et des chaussures foncés. Pour les finales, un pantalon long noir est obligatoire.

Veuillez adresser toutes les questions et préoccupations concernant le jugement à l'arbitre de l'événement.

RÉUNIONS

Réunion technique	Jeudi 3 octobre à 17h30 à la piscine
Réunion des officiels	Vendredi 4 octobre à 8h30 à la piscine

CONTRÔLE ANTIDOPAGE

7

Les procédures de contrôle antidopage peuvent être en place lors de la compétition.

Les plongeurs sont responsables d'apporter une pièce d'identité avec photo (passeport, carte scolaire), au cas où ils seraient sélectionnés pour un contrôle antidopage. Une photocopie sauvegardée sur leur téléphone pourrait être utilisée. Les plongeurs sont également responsables de tout médicament/complément alimentaire qu'ils prennent. Veuillez vérifier sur [GlobalDro](#) et suivre les étapes pour vérifier si votre médicament est interdit. Si c'est le cas, veuillez contacter ivonne@diving.ca pour savoir ce qu'il faut faire.

AUTRES RESSOURCES

Site web DPC > Ressources > Athlètes > Programme antidopage

Centre canadien pour l'éthique dans le sport > Antidopage > La Liste des interdictions

Centre canadien pour l'éthique dans le sport > Antidopage > Exemptions médicales

Ligne téléphonique sans frais du Centre canadien pour l'éthique dans le sport au
+1 (800) 672-7775

INSCRIPTION DES ATHLÈTES INDIVIDUELS

À SOUMETTRE AVANT LE 24 SEPTEMBRE

LE FORMULAIRE D'INSCRIPTION DES ATHLÈTES INDIVIDUELS EST DISPONIBLE [ICI](#).

Veuillez contacter neris@diving.ca si vous avez des difficultés avec l'inscription ou si vous devez apporter des modifications à votre formulaire soumis.

Remarque : La déclaration du statut de visiteur et exhibition doit être faite lors de l'inscription et pourrait être sanctionnée par des frais d'inscription tardive si elle n'est pas déclarée à temps

PAIEMENTS

DOIVENT ÊTRE REÇUS AVANT LE 24 SEPTEMBRE

Frais d'inscription	85,00 \$ par plongeur
Frais d'entrée	85,00 \$ par plongeur et par épreuve individuelle

8

Les inscriptions et les paiements reçus après la date limite seront assortis d'une pénalité de retard de 250,00 \$ par plongeur payable à DPC (selon les règles de DPC).

Le paiement peut être effectué par :

- Virement électronique à joanne@diving.ca (si demandé, utilisez "JRTRIALS" comme réponse à la question de sécurité). Veuillez entrer le nom du club, le(s) nom(s) de l'athlète et l'événement(s) dans la description.
- Chèque payable à Diving Plongeon Canada (si le paiement est effectué par chèque, veuillez envoyer un courriel à Neris pour l'informer).

Veuillez contacter neris@diving.ca pour toute question ou préoccupation concernant les paiements.

Les inscriptions et paiements reçus après le 24 septembre seront passibles d'une pénalité de retard de 150\$ par plongeur payable à DPC.

SOUSSION DE LA LISTE DES PLONGEONS

TOUTES LES LISTES DOIVENT ÊTRE SOUMISE AVANT 10H LE 3 OCTOBRE

Les listes de plongeurs doivent être soumises en utilisant le générateur de feuilles de plongeurs ISS (édition entraîneur, **version 17.4** ou supérieure). Téléchargez la nouvelle version [ICI](#). **Veuillez soumettre un seul fichier par club**. Les listes de plongeurs peuvent également être soumises par chaque athlète via le générateur de feuilles de plongeurs en ligne disponible [ICI](#).

Si vous rencontrez des problèmes pour soumettre vos listes de plongeurs, contactez neris@diving.ca.

RAPPEL DES RÈGLES CONCERNANT LA DÉCLARATION DES PLONGEONS POUR TOUS LES ÉVÉNEMENTS NATIONAUX CANADIENS

Date limite pour la soumission de la déclaration des plongeurs	La déclaration des plongeurs doit être soumise au plus tard 24 heures avant l'heure de début affichée du premier événement de la compétition. À moins que la déclaration ne soit présentée dans le délai prescrit, un plongeur ne sera pas admis à la compétition.
Date limite pour les modifications de la liste des plongeurs avant une épreuve préliminaire individuelle ou une finale synchronisée directe	Dans les épreuves préliminaires individuelles, aucune modification de la déclaration des plongeurs ne sera autorisée dans l'heure précédant l'heure de début affichée de l'événement.
Date limite pour les modifications de la liste des plongeurs après une épreuve préliminaire individuelle pour les finales.	Dans toutes les compétitions de demi-finale ou de finale, le plongeur ou son représentant peut modifier la déclaration des plongeurs avant le début de toute demi-finale ou finale de la compétition, à condition que la déclaration amendée soit déposée auprès du secrétariat de la compétition, au plus tard trente (30) minutes après la fin de la session précédente de la compétition. Si une nouvelle déclaration de plongeurs n'est pas soumise dans le délai prescrit, le plongeur effectuera les plongeurs indiqués dans la soumission précédente.

Veuillez consulter les règles sur notre site web [ICI](#) pour plus de détails.

Le plongeur et son représentant sont responsables de l'exactitude de la déclaration dans la liste

Rappel. Pour les Groupes d'âge A et B, les entraîneurs doivent uniquement soumettre une liste de plongeurs préliminaire.

Si un plongeur se qualifie pour une finale, les plongeurs sans limite de sa liste préliminaire seront automatiquement transférés à sa liste de finales. Si un plongeur souhaite modifier sa liste de plongeurs pour les finales, il dispose de 30 minutes après la fin de son événement préliminaire pour effectuer une modification manuelle auprès du secrétariat.

REMISE DES PRIX ET RECONNAISSANCES

Nous demandons aux plongeurs d'être habillés en tenue complète de l'équipe ou en veste de club pour les cérémonies de remise des prix et les présentations des athlètes, les serviettes ne sont pas autorisées. Une tenue complète (incluant pantalons, shorts ou leggings) est fortement recommandée. Il y aura des présentations d'athlètes pour toutes les finales juste avant le premier plongeur de chaque épreuve.

Récompenses à décerner:

- Les trois premiers recevront des médailles.
- Les athlètes sélectionnés dans les équipes seront reconnus pendant l'événement et sur nos plateformes de médias sociaux.

RÉSULTATS ET DIFFUSION WEB

10

Le livret complet des résultats sera disponible sur www.diving.ca la semaine suivant l'événement. Diving Plongeon Canada fournira des résultats internet en direct et des vidéos tout au long de la compétition. Les résultats en direct et les vidéos peuvent être consultés via www.diving.ca.



RÉSULTATS EN DIRECT
ICI



LIVRET DES RÉSULTATS
ICI
après l'événement

HÔTEL HÔTE

Holiday Inn Express & Suites

11 Impasse de la Gare-Talon, Gatineau, QC, J0T 1B0

+1 (819) 503 - 8800 info@hiegateau.com

- 900 mètres de la piscine (12 minutes de marche)
- 174 \$/nuit - Double (deux Queen) ou individuel (un King) disponible
- Stationnement sur place inclus dans le tarif
- Buffet de petit-déjeuner chaud inclus dans le tarif
- Wifi gratuit
- La date limite de réservation est le **8 septembre**
- L'heure d'arrivée est 15h00 et l'heure de départ est 12h00.

IRéservation individuelle : Les participants peuvent faire leur propre réservation en appelant l'hôtel au **819 - 503 - 8800** et en mentionnant "**Plongeon Canada - WTC**"

Les réservations doivent être garanties par carte de crédit.

RESTAURATION

11

Nourriture pour les entraîneurs, le personnel, les officiels et les bénévoles

Le déjeuner, les collations et les boissons seront fournis les jours de compétition à la piscine.

Apportez votre propre bouteille d'eau réutilisable et tasse à café.

Nourriture pour les athlètes et les parents

Les athlètes et les parents devront fournir leurs propres repas et collations.

Apportez votre propre bouteille d'eau réutilisable.

- Voir quelques restaurants à proximité de la piscine [ICI](#).
 - Il y a plusieurs restaurants dans la région.
 - Tim Hortons, A&W, Scores, Harvey's et Subway se trouvent près de la piscine.
- Voir quelques épiceries à proximité de la piscine [ICI](#).

SERVICES MÉDICAUX

Les premiers soins seront disponibles sur le site de la compétition pendant les jours d'entraînement et de compétition pour les plongeurs. Des sauveteurs seront présents sur le site de la compétition pour fournir les premiers soins pendant l'entraînement et la compétition. De la glace sera disponible sur le site de la compétition pour le traitement des blessures.

HÔPITAL LE PLUS PROCHE

Hôpital de Gatineau

909 Bd la Vérendrye O, Gatineau,
QC J8P 7H2
+1 (819) 966-6100
Ouvert 24h/24

[Site Web](#)

AUTRES SERVICES MÉDICAUX

Hôpital de Hull

116 Bd Lionel-Émond, Gatineau,
QC J8Y 1W7
+1 (819) 966-6200
Ouvert 24h/24

[Site Web](#)

CLINIQUES SANS RENDEZ-VOUS

Clinique médicale Plaza Gatineau

444 Bd de l'Hôpital suite 200, Gatineau, QC J8T 7X6
+1 (819) 669-7393
Lundi - Jeudi 8h - 16h30 / Vendredi 8h - 12h

[Site Web](#)

Clinique Médicale D'Urgence De L'Outaouais

25 Chem. de la Savane, Gatineau, QC J8T 8A4
+1 (819) 561-6611
Lundi - Vendredi 8h - 16h

[Site Web](#)

HORAIRE DES ÉPREUVES

Mardi 1er octobre	10:00 - 12:00	Entraînement ouvert
	13:00 - 17:00	
Mercredi 2 octobre	09:00 - 12:00	Entraînement ouvert
	13:00 - 17:00	
Jeudi 3 octobre	09:00 - 12:00	Entraînement ouvert
	13:00 - 17:00	
Vendredi 4 octobre	08h00 - 09h25	Entraînement ouvert
	09h25 - 09h55	Entraînement restreint
	Les épreuves commencent à 10h00	Filles B 1m Garçons B 3m Garçons A 1m Filles A 3m
Samedi 5 octobre	08h00 - 09h25	Entraînement ouvert
	09h25 - 09h55	Entraînement restreint
	Les épreuves commencent à 10h00	Garçons B 1m Garçons A 3m Filles B Plateforme Filles A Plateforme
Dimanche 6 octobre	08h00 - 09h25	Entraînement ouvert
	09h25 - 09h55	Entraînement restreint
	Les épreuves commencent à 10h00	Filles B 3m Garçons B Plateforme Filles A 1m Garçons A Plateforme

*L'horaire est sujet à des modifications. Un horaire détaillé sera envoyé une fois l'inscription reçue.

**L'entraînement à sec est disponible 1 heure avant les heures de piscine affichées.

***Les épreuves se dérouleront individuellement

SPORTITY | INFORMATIONS EN DIRECT DE L'ÉVÉNEMENT



The banner features the Sportity logo at the top left. Below it, the text reads: "For direct event information please download the Sportity app and insert this password:". The password "JRTRIALS" is displayed in a large white box. At the bottom left is the website "www.sportity.com". At the bottom right, it says "Sportity app is available in" followed by "Available on the App Store" and "Get it on Google play" with their respective logos and QR codes.

 **Sportity**

For direct event information please download
the Sportity app and insert this password:

JRTRIALS

www.sportity.com

Sportity app is available in

Available on the
App Store

Get it on
Google play