



www.mddo.com

RENCONTRE DE LA ST-PATRICK ST-PATRICK'S DAY SWIM MEET



14-MAR-2009



Maîtres Nageurs - 25m - Masters Meet

Le Club des Maîtres nageurs de Dollard-des-Ormeaux vous invite à participer à leur Rencontre de la St-Patrick.

You are cordially invited by the Dollard-des-Ormeaux Masters Club to participate in their St-Patrick's Day Meet.

Date : Le samedi 14 mars 2009

Date : Saturday, March 14, 2009

Lieu

Centre aquatique de DDO
12001 de Salaberry
Dollard-des-Ormeaux, Qc H9B 2A7
514-684-0070

Venue

DDO Aquatic Centre
12001 de Salaberry
Dollard-des-Ormeaux
514-684-0070

Horaire

Échauffement : 8h00
Début : 9h00

Schedule

Warm-ups : 8:00 am
Start : 9:00 am

Directeur de la rencontre

Murray Borenstein 514-684-2422
murray.borenstein@gmail.com

Meet Manager

Murray Borenstein 514-684-2422
murray.borenstein@gmail.com

Responsable des inscriptions

Pierre Morency
pierre.morency@gmail.com

Entries Co-ordinator

Pierre Morency
pierre.morency@gmail.com

Responsable des officiels

Catherine Rousseau 514-696-5127
lafamilledemers@b2b2c.ca

Officials Co-ordinator

Catherine Rousseau 514-696-5127
lafamilledemers@b2b2c.ca

Installations

Piscines de comp. : 2 x **25m**, 6 couloirs
Cables anti-vagues Keifer-McNeil
Chronométrage électronique, tableau d'affichage
Piscine échauffement/dénagement : 20m, 5 couloirs
Gradins pour 300 personnes
Vestiaires et douches

Facility

Competition pools : 2 x **25m**, 6 lanes
Keifer-McNeil anti-turbulence lane ropes
Colorado electronic timing, 6-lane score board
Warm-up/Warm-down pool : 20m, 5 lanes

Seating capacity: 300
Locker room and showers

Sanction

Sanctionnée par la Fédération de natation du Québec.

Règlements :

Les règlements MNC sont en vigueur :

<http://www.mastersswimmingcanada.ca/MNCReglements20060220.pdf>

ÉCHAUFFEMENTS

Le règlement sur la sécurité en bassin de natation <http://www.fnq.qc.ca/securite.html> ainsi que les procédures d'échauffement MNC <http://www.mastersswimmingcanada.ca/MNCReglements20060220.pdf>

IMPORTANT : Aucun saut ou plongeon n'est permis pendant l'échauffement à l'exception des couloirs désignés à cette fin. Les nageurs doivent entrer dans l'eau doucement, les pieds les premiers, ayant toujours une main sur le pont de la piscine ou le trop-plein.

Le règlement du départ : Tout nageur partant avant le départ sera disqualifié. (Depuis le 1er janvier 2009, aucun faux départ n'est permis)

MSW 4.4 Tout nageur partant avant le signal de départ sera disqualifié. Si le signal de départ est émis avant que la disqualification ne soit déclarée, la course continuera et le nageur ou les nageurs seront disqualifiés à la fin de la course. Si la disqualification est déclarée avant le signal de départ, le signal ne doit pas être donné, mais les nageurs restant doivent être rappelés, et le starter redonne le départ.

Le port du casque de bain est recommandé. L'attribution des couloirs pour toutes les épreuves individuelles et de relais sera établie selon les temps d'inscriptions soumis, sans égard à l'âge des nageurs.

Toutes les épreuves seront nagées SENIOR et en finales par le temps du plus lent au plus rapide.

* Les épreuves du 800m libre et 1500m libre se nageront **2 nageurs par couloirs.**

Sanction

This meet is sanctioned by the Fédération de natation du Québec.

Rules & Regulations:

Rules of MSC will be applied :

<http://www.mastersswimmingcanada.ca/MNCReglements20060220.pdf>

WARM-UPS

Safety rules of the FNQ for swimming pools: <http://www.fnq.qc.ca/securite.html> along with MSC warm-up procedures: <http://www.mastersswimmingcanada.ca/MNCReglements20060220.pdf>

IMPORTANT : Jumping and diving into the pool is not permitted during warm-up periods with the exception of those lanes designated for diving. Swimmers must enter the water cautiously, feet first while maintaining contact with the pool edge.

Start Rule : All swimmers leaving before the start signal shall be disqualified (new ruling since January 1, 2009, no false starts are permitted.)

MSW 4.4 Any swimmer starting before the starting signal has been given shall be disqualified. If the starting signal sounds before the disqualification is declared, the race shall continue and the swimmer or swimmers shall be disqualified upon completion of the race. If the disqualification is declared before the starting signal, the signal shall not be given, but the remaining swimmers shall be called back and start again.

Bathing caps are recommended.

Lane assignments for all individual events as well as relays shall be established using entry times, without consideration of the swimmer's age.

All events shall be swum SENIOR as time finals from the slowest to fastest.

* Events 800m Free and 1500m Free will swim **2 swimmers per lane.**

Admissibilité

- » Tous les nageurs doivent être affiliés à la FNO ou une fédération membre de la FINA et doivent être âgés de 18 ans ou plus le jour de la rencontre.
- » Tous les nageurs affiliés à une autre fédération (nageurs de l'extérieur du Québec) doivent s'assurer d'être couverts par une assurance accident de leur fédération respective ou par une assurance privée et de présenter ce certificat lors de l'inscription.

Catégories d'âges

L'âge du nageur au 31 décembre 2009.

Épreuves individuelles : 18-24, 25-29, 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, 70-74, 75-79, 80-84, etc. incrément de 5 ans.

Épreuves de relais : 72-99, 100-119, 120-159, 160-199, 200-239, 240-279, 280-319, etc. par incrément de 40 ans.

* Le groupe d'âge d'une équipe de relais est déterminé en cumulant les âges au 31 décembre 2009, en années entières, des 4 membres de l'équipe.

Relais

- Les membres de chaque équipe de relais doivent être affiliés au même club.
- Les nageurs de différents clubs voulant former une équipe de relais doivent au préalable avoir la permission du directeur de rencontre. L'équipe participera alors sous **EXHIBITION**.
- Les équipes de relais peuvent être masculines, féminines ou mixtes. (mixte : 2 hommes et 2 femmes).

Pointage

Épreuves individuelles : 7 - 5 - 4 - 3 - 2 - 1

Épreuves de relais : 14 - 10 - 8 - 6 - 4 - 2

Inscriptions

- Un maximum de **5 épreuves individuelles** par nageur.
- Les inscriptions devront être effectuées à l'aide du logiciel **Splash Team Manager** et déposées sur le site web www.swimming.ca/ListeDesCompetitions.aspx Le fichier d'inscription Splash est disponible sur ce même site.

Eligibility

- » A swimmer must be affiliated with FNO or a federation that is a member of FINA and be 18 years old or more on the day of the Meet.
- » All swimmers from other federations (swimmers from outside of Quebec) must have accident insurance coverage either through their federation or privately and show proof of it at registration.

Age groups

Swimmer's age on December 31, 2009.

Individual events : 15-24, 25-29, 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, 70-74, 75-79, 80-84, and so on by 5-year increments.

Relay events : 72-99, 100-119, 120-159, 160-199, 200-239, 240-279, 280-319 and so on by increments of 40 years.

* To determine the age group of a relay team, you add, in whole years, each relay team's swimmers' age on December 31, 2009.

Relays

- To form a relay Team swimmers must be from the same club.
- Swimmers from different clubs wishing to form a relay Team must first get the Meet Manager's authorization. They will then swim **EXHIBITION**.
- Relay teams can be men only, women only or mixed. (mixed : 2 men and 2 women).

Scoring

Individual events : 7 - 5 - 4 - 3 - 2 - 1

Relay events : 14 - 10 - 8 - 6 - 4 - 2

Entries

- A maximum of 5 individual events per swimmer.
- All entries must be made with Splash Team Manager and uploaded on the SNC Meet List website: www.swimming.ca/meetlist.aspx. Anyone who wishes to get the Splash event file can get it from this same website.

OBLIGATOIRE : Le numéro d'affiliation et la date de naissance de chacun des nageurs doit être indiqué sur le formulaire d'inscription.

Toutes informations : Pierre Morency

Courriel : pierre.morency@gmail.com

SOUSSION DES INSCRIPTIONS

Déposez votre fichier d'inscription .lxf sur le site web de Natation Canada : www.swimming.ca/ListeDesCompetitions.aspx pour le **mercredi 4 mars** au plus tard.

Une confirmation d'inscription vous sera envoyé par courriel.

Après cette date, les inscriptions tardives seront acceptées à la discrétion du directeur de rencontre.

Aucune inscription sur place.

Frais d'inscription

Épreuves individuelles : 5.50\$ / épreuve

Épreuves de relais: 8.00\$ / relais

Libellez votre chèque ou mandat-poste à l'ordre de MDDO **pour réception au plus tard le lundi 9 mars 2009.**

Postez à :

MDDO

a/s Murray Borenstein

144 Manuel Dr., D.D.O., QC, H9B 2B4

En cas de forfait, les frais d'inscription ne seront pas remboursés.

Forfaits

Nous apprécierons recevoir vos forfaits au plus tard, **le 9 mars 2009** afin que nous puissions procéder à l'impression des cartes de nageurs et des programmes. Veuillez les communiquer à Murray Borenstein aux coordonnées indiquées auparavant.

Officiels

Veuillez soumettre votre liste d'officiel à :

Catherine Rousseau, Coordonnatrice des officiels. Tél. : 514-696-5127

Courriel : lafamilledemers@b2b2c.ca

Résultats

Le fichier .lxf des résultats sera envoyé à tous les clubs participants par courriel et les résultats seront affichés sur le site de Natation Canada après la rencontre : www.swimming.ca/ListeDesCompetitions.aspx

MANDATORY: The affiliation number and the date of birth of each swimmer must appear in the Entries file.

If you have any questions please contact Pierre Morency at :

pierre.morency@gmail.com

SUBMITTING ENTRIES

Upload your .lxf entries file on the Swimming Canada Meet List website :

www.swimming.ca/MeetList.aspx

by **Wednesday, March 4** at the latest.

An entry confirmation e-mail will be sent.

After this date, late entries will be accepted at the Meet Manager's discretion.

No deck entries.

Entry fees

Individual events: \$5.50 / event

Relay events: \$8.00 / relay

Cheques or money orders should be issued to the order of MDDO and **received by Monday, March 9th, 2009.**

Mail to :

MDDO

c/o Murray Borenstein

144 Manuel Dr., D.D.O., QC, H9B 2B4

No refund for scratches.

Scratches

Please advise if possible before **March 9, 2009 for any scratches** so that cards and programs can be printed.

Please send any info to Murray Borenstein by e-mail or phone.

Officials

Kindly submit your list of volunteers to :

Catherine Rousseau, Officials Co-ordinator
Tel. : 514-696-5127

E-mail : lafamilledemers@b2b2c.ca

Results

The .lxf file of results will be e-mailed to all participating clubs and results will be posted on the Swimming Canada web site after the meet :

www.swimmeet.ca/meetlist.aspx

Récompenses

Il y aura des prix de présence.

Réunion des entraîneurs

Il y aura réunion des entraîneurs avec le directeur de rencontre et le juge arbitre avant le début de la compétition à 8h45

Trousse d'accueil

À votre arrivée à la piscine, nous vous remettrons une trousse d'accueil qui comprendra le bulletin technique de la compétition, la procédure d'échauffement, les cartes de relais et les coordonnées pour la réunion des entraîneurs.

Hôtels

Holiday Inn, 6500 TransCanada

514-697-7110

Hampton Inn, 1900 TransCanada

1-800-HAMPTON

Comfort Inn, 700 St-Jean

514-697-6210

Quality Suite, 6300 TransCanada

514-426-5060

Activité sociale

Il y aura un buffet après la compétition à l'Agora sous la bibliothèque.

Awards

There will be door prizes.

Coaches Meeting

There will be a coaches' meeting at 8:45 with the Meet Manager and referee.

Welcome kit

You will receive a welcome kit upon arrival. It will include a technical bulletin, the Relay cards, warm-up procedures and details concerning the coaches' meeting.

Hotels

Holiday Inn, 6500 TransCanada

514-697-7110

Hampton Inn, 1900 TransCanada

1-800-HAMPTON

Comfort Inn, 700 St-Jean

514-697-6210

Quality Suite, 6300 TransCanada

514-426-5060

Social Activity

Following the Meet, a buffet will be served in the Agora Room, below the library.

Rencontre de la St-Patrick / **MDDO** / St-Patrick's Day Swim Meet

LISTE DES ÉPREUVES / EVENT LIST

Samedi 14 mars 2009

Échauffements / Warm-ups : 8h00 - 8h25 & 8h25 - 8h50

Début / Start : 9h00

Réunion des entraîneurs / Coaches' Meeting : 8h50

FEMMES	ÉPREUVES / EVENTS	HOMMES
1	1500m * Libre / Free	2
3	800m * Libre / Free	4
5	200m **Brasse / Breast	6
7	200m **Dos / Back	8
9	200m **Papillon / Fly	10
11	200m **Libre / Free	12

Pause de 45 min Break

FEMMES	ÉPREUVES / EVENTS	HOMMES
13-14-15 ***	Relais 4 X 50 Libre (mixte/hommes/femmes)	
17	100m Papillon / Fly	18
19	50m Dos / Back	20
21	100m Libre / Free	22
23	100m Brasse / Breast	24
25	200m QNI / IM	26
27	50m Libre / Free	28
29	100m Dos / Back	30
31	50m Brasse / Breast	32
33	50m Papillon / Fly	34
35	100m QNI / IM	36

* un nageur ne peut choisir qu'une seule de ces épreuves

* *Only 1 of these events per swimmer*

Les épreuves de 800m et 1500m seront nagées à 2 nageurs du même sexe par couloir.

The 800m and 1500m will be swum with 2 swimmers of the same sex per lane.

** Un nageur ne peut choisir qu'une seule de ces épreuves.

** *Only 1 of these events per swimmer*

*** Un nageur ne peut nager que dans un seul relais.

*** *Only 1 relay per swimmer*

Rencontre de la St-Patrick / MDDO / St-Patrick's Day Swim Meet

FRAIS D'INSCRIPTION

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

NOM DU CLUB _____ CODE _____

ENTRAÎNEUR _____

TÉL. RÉSIDENCE _____ TÉL. BUREAU _____

COURRIEL _____

FRAIS D'INSCRIPTION

NB. ÉPREUVES INDIVIDUELLES _____ x 5,50 \$ = _____

NB. ÉPREUVES DE RELAIS _____ x 8,00 \$ = _____

TOTAL = _____

ADRESSE DE RETOUR POUR LES RÉSULTATS

Courriel / E-mail : _____

Chèques payables à l'ordre de : MDDO

Retournez ce formulaire avec votre paiement à :

MDDO
a/s Murray Borenstein
144 Manuel Dr., D.D.O., QC, H9B 2B4

Mail this form with your payment to the above address :

Reçu au plus tard le lundi 9 mars 2009
Received by March 9th, 2009 at the latest

Rencontre de la St-Patrick / MDDO / St-Patrick's Day Swim Meet

OFFICIELS DISPONIBLES

Nom du Club : _____

Officiel	Niveau ou poste maîtrisé	Disponibilité Jr		Téléphone

Communiquez avec :

Catherine Rousseau, Coordonnatrice des officiels

Tél. : 514-696-5127

Courriel : lafamilledemers@b2b2c.ca