

GUIDE TECHNIQUE

2025 - 2026



FÉDÉRATION
DE NATATION
DU QUÉBEC



Table des matières

INTRODUCTION	3
CHAPITRE 1 – RÈGLES D'ACCÈS AU RÉSEAU DE COMPÉTITION	4
A. Athlète	4
B. Entraineure et entraîneur.....	4
C. Club	4
CHAPITRE 2 - RÉSEAU DE COMPÉTITION.....	5
A. Nouveauté 2025 : Défi virtuel de distance.....	6
B. Événements de la FNQ - Festival, Coupes et Championnat	7
1. Renseignements techniques.....	7
2. Classement provincial des clubs.....	8
3. Mini coupe	9
4. Coupe Espoir.....	10
5. Coupe du Québec	13
6. Championnat québécois	16
7. Championnat par équipes.....	18
8. Grand Prix du Québec	20
C. Invitations	21
CHAPITRE 3 – GRILLE DES FRAIS DE COMPÉTITION	23
CHAPITRE 4 – RENSEIGNEMENTS POUR LES COMITÉS ORGANISATEURS	25
ANNEXE 1 - Répartition des clubs FESTIVAL PAR ÉQUIPE 2026.....	29
ANNEXE 2 - Répartition des clubs COUPE ESPOIR 2025 ET 2026	30
ANNEXE 3 - Répartition des clubs MINI-COUPE 2025	31
ANNEXE 4 – Registre des mises à jour du guide technique.....	32

INTRODUCTION

L'objectif du présent guide technique de la Fédération de natation du Québec (FNQ) est de fournir les informations de base essentielles à l'organisation des compétitions de natation dans la province, en mettant l'accent sur plusieurs aspects clés :

1. **Standardisation des pratiques** : Assurer que toutes les activités et compétitions de natation suivent les mêmes règles et normes établies par la FNQ, conformément aux règlements de Natation Canada.
2. **Promotion de la sécurité** : Mettre en avant les protocoles de sécurité lors des compétitions.
3. **Standards de performances** : Fournir les standards à atteindre pour les compétitions octroyées par la FNQ.
4. **Administration efficace des événements** : Définir les procédures et les responsabilités pour l'organisation et la gestion des compétitions de natation, y compris l'admissibilité des athlètes, l'assignation des officielles et officiels ainsi que la gestion des résultats.
5. **Communication et transparence** : Servir de référence accessible aux membres de la FNQ, en fournissant des informations claires et actualisées sur les règlements et sur les événements à venir.

Le cadre complet et détaillé de chaque événement se trouve dans l'invitation sanctionnée qui sera publiée sur le site de Natation Canada.

CHAPITRE 1 – RÈGLES D'ACCÈS AU RÉSEAU DE COMPÉTITION

A. Athlète

Deux seules catégories d'affiliation donnent le droit aux athlètes de compétitionner :

- Les athlètes avec une affiliation conforme dans la catégorie « compétitif ».
- Les athlètes avec une affiliation conforme dans la catégorie « non-compétitif » peuvent participer à une (1) invitation sanctionnée de type régionale ou provinciale par saison.

Pour toutes les compétitions, sans exception, l'admissibilité de l'athlète est calculée selon son âge au premier jour de compétition.

Pour participer à des événements provinciaux, les nageuses et nageurs de l'extérieur du Québec doivent être conformément inscrits auprès de leur propre fédération.

B. Entraineure et entraîneur

Chaque entraîneuse ou entraîneur participant à une compétition devra être membre en règle de la FNQ ou de sa propre fédération (hors Québec).

Chaque club devra obligatoirement avoir une entraîneuse ou un entraîneur exclusivement dédié à sa fonction durant une compétition. Il ne leur est donc pas permis de compétitionner si cette entraîneuse ou cet entraîneur est la seule personne à représenter son club à ce titre.

Attention : afin d'être la seule entraîneuse ou le seul entraîneur présent de son club en compétition, elle ou il devra obligatoirement détenir une certification du PNCE. Il est important de se référer au [Règlement de sécurité de la natation en bassin](#) de la FNQ afin de connaître les détails des prérequis.

La conformité des entraîneuses et entraîneurs en compétitions devra respecter [la Politique d'adhésion et d'affiliation des membres](#).

Le tableau simplifié de la conformité se trouve au lien suivant : [Tableau simplifié de la conformité des entraîneur·es](#).

C. Club

Les clubs qui participent à une compétition sanctionnée par la FNQ doivent être membres en règle et conformes selon [la Politique d'adhésion et d'affiliation des membres](#) ou selon une fédération provinciale / nationale de natation reconnue (si applicable). Des mesures d'exception s'appliquent, voir le [Règlement de sécurité de la natation en bassin](#) (Article 28).

CHAPITRE 2 - RÉSEAU DE COMPÉTITION

Le tableau ci-dessous est un tableau synthèse du réseau de compétition de la Fédération de natation du Québec.

Tous les bassins de compétitions doivent répondre aux normes des [Règlements et directives concernant les installations de Natation Canada](#) afin de pouvoir obtenir une sanction de la Fédération de natation du Québec et pour une reconnaissance des différents records. De plus, ils devront être dûment arpentés pour le Championnat québécois et les Coupes.

TYPE DE COMPÉTITION	ÂGE REQUIS	TEMPS DE QUALIFICATION	PROGRAMME DES COMPÉTITIONS	
FESTIVAL, CHAMPIONNAT, COUPE				
Mini coupe	12 ans et moins	Preuves de temps requises Standards « Mini-Coupe »	25m	Individuelles/Relais Finales contre-la-montre
Coupe Espoir	17 ans et moins	Preuves de temps requises Standards « Coupe Espoir »	25m	Individuelles/Relais Programme complet en préliminaires et demi-programme en finales Préliminaires et finales
Coupe du Québec	Ouvert	Preuves de temps requises Standards « Coupe du Québec »	25m 50m	Individuelles/Relais Programme complet #1 en 25m et #2 en 50m
Championnat québécois	Ouvert	Preuves de temps requises Standards « Championnat québécois »	50m	Individuelles/Relais Programme complet Préliminaires et finales
Championnat par équipes	11 ans et plus	Preuves de temps requises Aucun standard	25m	Individuelles/Relais Finales contre-la-montre et Préliminaires et finales
Grand Prix du Québec	Ouvert	Preuves de temps requises Standards Grand prix	50m	Individuelles/Relais Programme complet
INVITATION				
Essai de temps	Déterminé par le comité organisateur	Déterminé par le comité organisateur	25m/50m	Déterminé par le comité organisateur Individuelles/Relais
Intra club	Déterminé par le comité organisateur	Déterminé par le comité organisateur	25m/50m	Déterminé par le comité organisateur Individuelles/Relais
Régionale et Provinciale	Déterminé par le comité organisateur	Déterminé par le comité organisateur	25m/50m	Déterminé par le comité organisateur Individuelles/Relais Avec ou sans finale

A. Nouveauté 2025 : Défi virtuel de distance

À partir de la saison 2025-2026, la FNQ met un place le Défi virtuel de distance, qui prendra la forme d'un classement provincial des athlètes junior (17 ans et moins) sur les épreuves de distance (800m, 1500m et 3000m Libre).

Objectifs du Défi virtuel de distance :

- Promouvoir les épreuves de distance, souvent sous-représentées dans les choix d'épreuves
- Promouvoir via les épreuves de distance le développement aérobique
- Réduire la durée des sessions dans les Coupes Espoir.

Déroulement du Défi virtuel de distance:

- Tous les résultats des épreuves de distance seront compilés, et un classement sera établi :
 - o Fin janvier
 - o Fin mars
 - o Fin mai
 - o Fin aout
- Les temps des 800m / 1500m Libre devront avoir été faits dans une compétition sanctionnée, en bassin de 25m ou 50m.
- Les temps du 3000m Libre pourront avoir été faits en entraînement ou en compétition sanctionnée, en bassin de 25m ou 50m.

Imbrication du Défi virtuel de distance dans la Coupe Espoir :

- Les athlètes les mieux classés du défi seront autorisés à nager l'épreuve de distance durant la Coupe Espoir.
- L'équivalent d'une vague par catégorie d'âge et par sexe pourra nager l'épreuve de distance durant la Coupe Espoir (par exemple 8 athlètes si la piscine est de 8 corridors).

Imbrication du Défi virtuel de distance dans les identifications de niveau Espoir :

- Toute performance faite dans le cadre du défi pourra être considérée pour l'obtention d'une identification de niveau Espoir (épreuves de 800m et 1500m uniquement)

Évolution du Défi virtuel de distance:

Dépendamment des enseignements de cette première édition du défi, il se pourrait que pour la saison 2026-2027 celui-ci s'étende à davantage d'épreuves (400m Libre et 400m QNI) ainsi qu'à la catégorie 18 ans et plus.

B. Événements de la FNQ - Festival, Coupes et Championnat

Cette section contient les informations de base nécessaires aux compétitions octroyées par la FNQ de la saison en cours. Le cadre complet et détaillé de chaque événement se trouve dans l'invitation sanctionnée qui sera publiée sur le site de Natation Canada.

1. Renseignements techniques

Octroi	Tous les événements de la FNQ sont octroyés en début de saison suivant la Politique d'octroi des compétitions. Pour consulter le calendrier des compétitions octroyées, veuillez suivre le lien suivant : Calendrier d'octroi des événements FNQ .
Contrat	Les comités organisateurs qui se voient octroyer une compétition de la FNQ devront s'engager à respecter toutes les clauses et conditions contenues dans le contrat d'octroi signé en début de saison.
Échéanciers	Les échéanciers concernant la procédure d'inscription, les ajouts, les inscriptions tardives et les changements seront indiqués dans l'invitation qui sera publiée sur le site de Natation Canada. Règle générale 2 ^e lundi avant la compétition : Date limite du dépôt des inscriptions sur le site de Natation Canada par le club désirant participer à la compétition. Ajouts et modifications Des ajouts et modifications aux inscriptions sont possibles après la date limite d'inscription moyennant des frais qui seront indiqués dans l'invitation, et ce, jusqu'à la veille de la compétition. L'heure exacte sera indiquée dans l'invitation. Important : La période de qualification est applicable en tout temps. Aucune qualification ne peut avoir lieu après la date indiquée dans l'invitation.
Renseignements techniques	Les renseignements techniques de base de chacun des événements se trouvent dans la section ci-dessous. Pour les détails spécifiques, il faut se référer à l'invitation qui sera publiée sur le site de Natation Canada.
Équipe – ressource	Des officielles et officiels peuvent être nommés par la FNQ et agir comme personnes-ressources dans les fonctions suivantes : <ul style="list-style-type: none">- Gestionnaire d'événement provincial (GEP),- Responsable des inscriptions (RI),- Conseillère ou conseiller technique en paranatation (CTP) lors des compétitions sanctionnées WPS (World Paraswimming),- Mentore ou mentor, si jugé nécessaire.
Frais	Les frais pour chacun des événements sont détaillés dans la grille des frais de compétition plus loin dans ce document.

2. Classement provincial des clubs

À l'issue de la saison, la coupe du « meilleur club provincial » sera remise au club qui aura cumulé le meilleur pointage dans les compétitions suivantes :

- Coupes du Québec #1 et #2
- Coupe Espoir #1 et #2
- Championnat Québécois
- Festival par équipes

Voici les différents critères et les pointages pour chacune des compétitions :

1. Le pointage est attribué selon le classement des clubs au pointage combiné à la fin de la compétition
2. Les clubs hors-Québec seront retirés aux fins de calcul du classement final. Les clubs du Québec qui suivent dans le classement verront leur position s'améliorer.
3. Tableau des pointages

	1 ^{ère} position	2e position	3e position	4e position	5e position	6e position et suivante
1) Championnat Québécois	750	710	670	630	620	-10 points
2) Coupe du Québec #1 et #2	300	290	280	275	270	-5 points
3) Coupe Espoir #1 et #2 (groupes A, B et C)	250	240	230	225	220	-5 points
4) Festival par équipes, section 1	420	410	400	395	390	-5 points
4) Festival par équipes, section 2	370	360	350	345	340	-5 points
4) Festival par équipes, section 3	320	310	300	295	290	-5 points
4) Festival par équipes, section 4	270	260	250	245	240	-5 points
4) Festivals par équipes, sections 5	220	210	200	195	190	-5 points

3. Mini coupe



Compétition annuelle festive et motivante où les nageuses et nageurs représentent leur club dans une compétition de niveau provincial. Les clubs sont divisés en 2 groupes. Les critères minimums d'éligibilité doivent être respectés pour participer à cette compétition.

Public visé	Athlètes de 12 ans et moins
Date	30 au 31 mai 2026
Bassin	25m
Catégorie d'âge	8 ans et moins, 9 ans, 10 ans, 11 ans et 12 ans
Format	Finales contre la montre
Durée	2 sessions sur 2 jours
Standard de qualification	<p>8 ans et moins : Avoir des temps prouvés dans les 3 épreuves : 50m papillon, 50m dos et 50m brasse.</p> <p>9 ans et 10 ans : Avoir des temps prouvés dans les 3 épreuves : 50m papillon, 50m dos et 50m brasse. Et avoir le temps de qualification dans au moins 1 épreuve parmi ces 3 épreuves.</p> <p>11 ans et 12 ans : Avoir des temps prouvés dans les 3 épreuves : 50m papillon, 100m dos et 100m brasse. Et avoir le temps de qualification dans au moins 1 épreuve parmi ces 3 épreuves.</p>
Période de qualification	1 ^{er} septembre 2024 à la date limite d'inscription
Exclusion	Les nageurs qui auront participé au championnat québécois 2025 seront exclus de cette compétition.
Nombre d'épreuves par athlète	Six épreuves sur deux sessions. Tous les athlètes peuvent participer aux six épreuves de leur catégorie d'âge.
Épreuves au programme	<p>8 ans et moins : 50m papillon, 50m dos, 50m brasse, 50m libre, 100m libre et 100m QNI</p> <p>9 ans et 10 ans : 50m papillon, 50m dos, 50m brasse, 50m libre, 200m libre et 100m QNI</p> <p>11 ans et 12 ans : 50m papillon, 100m dos, 100m brasse, 100m libre, 200m libre et 100m QNI</p>
Répartition des clubs	Les clubs sont divisés en 2 groupes. Voir annexe 6

4. Coupe Espoir



La Coupe Espoir se divise en deux événements annuels complémentaires, répartis en trois zones, visant à préparer les athlètes à des compétitions de niveau supérieur.

Offrant un cadre compétitif et stimulant, cette compétition s'adapte aux besoins des athlètes en développement et propose une expérience formatrice et enrichissante.

Public visé	Athlètes de 17 ans et moins
Dates	1 ^{er} : 13 au 15 février 2026 2 ^e : 10 au 12 avril 2026
Bassin	25m
Catégories d'âge	13 ans et moins, 14-15 ans, 16-17 ans
Format	Programme complet en préliminaires et demi-programme en finales
Durée	2.5 jours <ul style="list-style-type: none"> • Vendredi : préliminaires et finales (2 sessions) • Samedi : préliminaires et finales (2 sessions) • Dimanche : finales contre la montre (1 session)
Standard de qualification	Coupe Espoir
Période de qualification	1 ^{er} septembre 2024 à la date limite d'inscription
Restriction de participation	Les athlètes de la catégorie 16-17 ans devront s'inscrire hors-concours pour les épreuves dans lesquelles ils ont les standards Coupe du Québec à la date limite d'inscriptions. Ils n'auront pas accès aux pointages et aux finales pour ces épreuves.
Nombre d'épreuves par athlète	<ul style="list-style-type: none"> • Les athlètes peuvent nager toutes les épreuves pour lesquelles ils ont le temps de qualification jusqu'à un maximum de 8 épreuves individuelles par athlète. • Épreuves bonus : 4 épreuves bonus pourront s'ajouter aux épreuves inscrites avec temps de qualification, jusqu'à un maximum de 8 épreuves par athlète • Des temps prouvés sont exigés pour toutes les épreuves individuelles, et doivent avoir été réalisés durant la période de qualification.
Paranatation	Pas de catégorie spécifique
Répartition des Clubs	Répartitions des clubs- voir annexe 5

Épreuves de distance	<p>Pour chaque catégorie d'âge et chaque sexe, seuls les athlètes les mieux classés au Défi virtuel de distance seront autorisés à nager les épreuves de distance (800m et/ou 1500m libre) à la Coupe Espoir.</p> <p>Le nombre d'athlètes autorisés à nager ces épreuves sera équivalent au nombre de corridors de la piscine de compétition (par exemple 8 athlètes si la piscine est de 8 corridors).</p>
Épreuves au programme	<p>Coupe Espoir #1</p> <p>Épreuves finales contre-la-montre :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Libre : 50m, 200m, 400m, 800m • Dos : 100m • Brasse : 50m, 200m • Papillon : 100m • QNI : 400m <p>Épreuves préliminaires / finales :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Libre : 100m • Dos : 50m, 200m • Brasse : 100m • Papillon : 50m, 200m • QNI : 200m <p><i>Finales B offertes pour les 50m à 200m</i></p> <p>Coupe Espoir #2</p> <p>Épreuves finales contre-la-montre :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Libre : 100m, 400m, 1500m • Dos : 50m, 200m • Brasse : 100m • Papillon : 50m, 200m • QNI : 200m, 400m <p>Épreuves préliminaires / finales :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Libre : 50m, 200m • Dos : 100m • Brasse : 50m, 200m • Papillon : 100m <p><i>Finales B offertes pour les 50m à 200m</i></p>
Bannières	<p>Deux bannières seront remises :</p> <ul style="list-style-type: none"> • « Meilleur pointage » : addition de tous les points récoltés par chaque équipe. • « Qualité d'équipe » : rapport entre le pointage final obtenu par chaque équipe, divisé par son nombre de nageurs. <p>Pour gagner des points pour son équipe :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Être finaliste (barème de points dégressif selon le classement de l'épreuve), ou l'équivalent d'un statut de finaliste dans les épreuves « finale par le temps » • Battre son meilleur temps • Note : certaines épreuves seront valorisées par un meilleur pointage (notamment des épreuves de distance, de mid-distance et de spécialité)
Classement provincial des clubs	À l'issue de la saison, la coupe du « meilleur club provincial » sera remise au club qui aura cumulé le meilleur pointage durant la saison dans les compétitions suivantes :

- Coupes du Québec #1 et #2
- Coupe Espoir #1 et #2
- Championnat québécois
- Festival par équipes

5. Coupe du Québec



La Coupe du Québec senior est un événement incontournable pour les nageuses et nageurs seniors, juniors performants et les paranageuses et paranageurs (Coupe du Québec senior #2 seulement). Chaque année, deux compétitions rassembleuses sont organisées afin de les préparer aux Championnats canadiens. Ce cadre compétitif stimulant offre aux athlètes l'occasion de se surpasser et se distinguer.

Public visé	Athlètes de tous les âges répondant aux critères de qualification, incluant le niveau collégial et universitaire.
Date	1 ^{er} : 28 au 30 novembre 2025 2 ^e : 13 au 15 mars 2025
Bassin	1 ^{er} : 25m 2 ^e : 50m
Catégorie d'âge	Senior
Format	Préliminaires et finales <ul style="list-style-type: none"> • Finales A-B-C (une finale réservée aux juniors) • Finale Paranatation (dans la Coupe du Québec Senior 2 uniquement)
Durée	3.5 jours
Standards de qualification	Coupe du Québec A et B Les standards A sont pour la catégorie « ouverte », les standards B sont réservés aux athlètes 17 ans et plus.
Période de qualification	1 ^{er} septembre 2023 à la date limite d'inscription
Nombre d'épreuves par athlète	<ul style="list-style-type: none"> • Les athlètes peuvent nager toutes les épreuves dont ils ont le standard de qualification (A ou B), jusqu'à un maximum de 7 épreuves individuelles par athlète. • Épreuves bonus : <ul style="list-style-type: none"> ○ 5 épreuves bonus pourront s'ajouter aux épreuves inscrites avec temps de qualification A, jusqu'à un maximum de 7 épreuves par athlète. ○ 3 épreuves bonus pourront s'ajouter aux épreuves inscrites avec temps de qualification B, jusqu'à un maximum de 7 épreuves par athlète. • Des temps prouvés sont exigés pour toutes les épreuves individuelles, et doivent avoir été réalisés durant la période de qualification.
Paranatation	Pas de catégorie spécifique (Coupe du Québec Senior #1)
Épreuves au programme	Programme complet

Classement provincial des clubs

À l'issue de la saison, la coupe du « meilleur club provincial » sera remise au club qui aura cumulé le meilleur pointage durant la saison dans les compétitions suivantes :

- Coupes du Québec #1 et #2
- Coupe Espoir #1 et #2
- Championnat québécois
- Festival par équipes

Règles spécifiques à la paranatation pour la Coupe du Québec senior #2

Paranatation	<p>Avoir obtenu une classification de niveau 2, au minimum.</p> <p>Aucun standard de qualification. Temps prouvés obligatoires et ayant été effectués durant la période de qualification :</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Préliminaires : participation à n'importe quelle épreuve du programme. ○ Finales : Finales A - éligible uniquement pour les épreuves prévues pour chaque classe sportive dans les règlements de World Para Swimming. <p>Classification SB (SB9) : admissible à nager uniquement dans les épreuves de brasse. Pour toutes les autres épreuves, l'athlète devra respecter les règlements des athlètes génériques ou nager hors-concours avec les parageuses et parageurs à condition de rencontrer les critères de qualification S/SM10.</p> <p>Épreuves autorisées par classe sportive</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;">Libre</th><th style="text-align: center;">Dos</th><th style="text-align: center;">Brasse</th><th style="text-align: center;">Papillon</th><th style="text-align: center;">TNI / QNI</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;"> 50m libre (S1 à S13) 100m libre (S1 à S14), 200m libre (S1 à S5 et S14), 400m libre (S6 à S14) </td><td style="text-align: center;"> 50m dos (S1 à S5), 100m dos (S1, S2 et S6 à S14) </td><td style="text-align: center;"> 50m brasse (SB1 à SB3), 100m brasse (SB4 à SB9 et SB11 à SB14) </td><td style="text-align: center;"> 50m papillon (S2 à S7), 100m papillon (S8 à S14) </td><td style="text-align: center;"> 150m TNI (SM1 à SM4), 200m QNI (SM5 à SM14) </td></tr> </tbody> </table>	Libre	Dos	Brasse	Papillon	TNI / QNI	50m libre (S1 à S13) 100m libre (S1 à S14), 200m libre (S1 à S5 et S14), 400m libre (S6 à S14)	50m dos (S1 à S5), 100m dos (S1, S2 et S6 à S14)	50m brasse (SB1 à SB3), 100m brasse (SB4 à SB9 et SB11 à SB14)	50m papillon (S2 à S7), 100m papillon (S8 à S14)	150m TNI (SM1 à SM4), 200m QNI (SM5 à SM14)
Libre	Dos	Brasse	Papillon	TNI / QNI							
50m libre (S1 à S13) 100m libre (S1 à S14), 200m libre (S1 à S5 et S14), 400m libre (S6 à S14)	50m dos (S1 à S5), 100m dos (S1, S2 et S6 à S14)	50m brasse (SB1 à SB3), 100m brasse (SB4 à SB9 et SB11 à SB14)	50m papillon (S2 à S7), 100m papillon (S8 à S14)	150m TNI (SM1 à SM4), 200m QNI (SM5 à SM14)							

Les règles spécifiques suivantes ont été établies afin de favoriser l'intégration des athlètes de classification niveau 1 dans la **Coupe du Québec senior #2 seulement**.

Public visé	Athlètes de classification niveau 1 qui sont en démarche de développement vers la classification disponible à l'âge de 12 ans
Objectif visé	Objectif d'intégration, dans une volonté de développement des habiletés en préparation à la classification niveau 2.
Âge	11 ans et plus
Classification	Avoir obtenu une classification de niveau 1, au minimum.
Qualification	<p>Aucun standard de qualification.</p> <p>Avoir 3 temps prouvés et effectués durant la période de qualification dans 3 styles de nage de 50m et avoir un temps prouvé dans une nage de distance 100m ou 200m.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Finales : aucun accès aux finales
Épreuves au programme	50m papillon, 50m dos, 50m brasse, 50m libre, 100m libre, 200m libre et 150 TNI/200m QNI L'athlète doit choisir entre le 200m libre et le 150m TNI/200m QNI

6. Championnat québécois



Le Championnat québécois est le rendez-vous annuel de l'élite provinciale, et sert d'ultime tremplin aux compétitions de niveau national.

Public visé	Athlètes de tous les âges répondant aux critères de qualification, incluant le niveau collégial et universitaire.
Date	13 au 17 mai 2026
Bassin	50m
Catégories d'âge	13 ans et moins, 14-15 ans, 16-17 ans, 18 ans et plus
Format	Préliminaires et finales Finales A par catégorie d'âge
Durée	4.5 jours
Standard de qualification	Championnat québécois
Période de qualification	1 ^{er} septembre 2023 à la date limite d'inscription
Nombre d'épreuves par athlète	Les athlètes peuvent nager toutes les épreuves dont ils ont le standard de qualification, jusqu'à un maximum de 8 épreuves individuelles par athlète. Épreuves bonus : 4 épreuves bonus pourront s'ajouter aux épreuves inscrites avec temps de qualification, jusqu'à un maximum de 8 épreuves au total par athlète. Des temps prouvés sont exigés pour toutes les épreuves individuelles, et les épreuves bonus doivent avoir été réalisés durant la période de qualification.
Épreuves au programme	Programme complet

Paranatation	<p>Avoir obtenu une classification de niveau 2, au minimum.</p> <p>Les parnageuses et parageurs doivent avoir réussi une norme de qualification minimale provinciale (MQS) dans leur classe sportive. Une parnageuse ou un parageur peut s'inscrire à d'autres épreuves admissibles à condition de satisfaire au temps d'inscription provincial à la compétition (MET).</p> <p>Classification SB (SB9) : admissible à nager uniquement dans les épreuves de brasse. Pour toutes les autres épreuves, la parnageuse ou le parageur devra respecter les règlements des athlètes génériques ou nager hors-concours avec les parnageuses et parageurs à condition de rencontrer les critères de qualification S/SM10.</p> <p>Épreuves autorisées par classe sportive</p> <table border="1" data-bbox="393 734 1429 979"> <thead> <tr> <th>Nage Libre</th><th>Dos</th><th>Brasse</th><th>Papillon</th><th>TNI / QNI</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>50m libre (S1 à S13) 100m libre (S1 à S14), 200m libre (S1 à S5 et S14), 400m libre (S6 à S14)</td><td>50m dos (S1 à S5), 100m dos (S1, S2 et S6 à S14)</td><td>50m brasse (SB1 à SB3), 100m brasse (SB4 à SB9 et SB11 à SB14)</td><td>50m papillon (S2 à S7), 100m papillon (S8 à S14)</td><td>150m TNI (SM1 à SM4), 200m QNI (SM5 à SM14)</td></tr> </tbody> </table>	Nage Libre	Dos	Brasse	Papillon	TNI / QNI	50m libre (S1 à S13) 100m libre (S1 à S14), 200m libre (S1 à S5 et S14), 400m libre (S6 à S14)	50m dos (S1 à S5), 100m dos (S1, S2 et S6 à S14)	50m brasse (SB1 à SB3), 100m brasse (SB4 à SB9 et SB11 à SB14)	50m papillon (S2 à S7), 100m papillon (S8 à S14)	150m TNI (SM1 à SM4), 200m QNI (SM5 à SM14)
Nage Libre	Dos	Brasse	Papillon	TNI / QNI							
50m libre (S1 à S13) 100m libre (S1 à S14), 200m libre (S1 à S5 et S14), 400m libre (S6 à S14)	50m dos (S1 à S5), 100m dos (S1, S2 et S6 à S14)	50m brasse (SB1 à SB3), 100m brasse (SB4 à SB9 et SB11 à SB14)	50m papillon (S2 à S7), 100m papillon (S8 à S14)	150m TNI (SM1 à SM4), 200m QNI (SM5 à SM14)							
Classement provincial des clubs	<p>À l'issue de la saison, la coupe du « meilleur club provincial » sera remise au club qui aura cumulé le meilleur pointage durant la saison dans les compétitions suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Coupes du Québec #1 et #2 • Coupe Espoir #1 et #2 • Championnat québécois • Festival par équipes 										

7. Championnat par équipes



Le Festival par équipes est un événement annuel qui regroupe les clubs répartis dans différentes sections. Cette compétition dynamique, organisée en fin de saison, a pour but de renforcer la cohésion d'équipe et de permettre aux participants de viser les plus hauts pointages. En atteignant ces objectifs, les équipes ont l'opportunité de gravir les échelons ensemble.

Public visé	Nageuses et nageurs compétitifs de 11 ans et plus
Date	À venir
Bassin	25m
Catégorie d'âge	Sections 1 à 3 : 11-13 ans, 14-15 ans, 16-17 ans, 18 ans et plus Sections 4 et 5 : 11-13 ans, 14-15 ans, 16 ans et plus
Format	Préliminaires et finales Finales A par catégorie d'âge
Durée	3 jours
Standard de qualification	Aucun standard
Période de qualification	1 ^{er} septembre 2023 à la date limite d'inscription
Nombre d'épreuves par athlète	Maximum 6 épreuves individuelles par athlète. Temps prouvés obligatoires et ayant été effectués durant la période de qualification.
Paranatation	Avoir obtenu une classification de niveau 1, au minimum. Pas de catégorie spécifique
Répartition des Clubs	Répartition des clubs – à venir
Épreuves au programme	Programme complet

Changements de section	<p>Section 1 à 3 : Les clubs qui terminent aux deux derniers rangs sont rétrogradés, les clubs qui terminent aux deux premiers rangs sont promus.</p> <p>Section 4 : Les clubs qui terminent aux deux premiers rangs passent à la section 3 et les clubs qui terminent aux quatre derniers rangs descendent en section 5.</p> <p>Section 5 : Les deux clubs qui terminent aux deux premiers rangs de chacune des deux sections 5 passent à la section 4.</p> <p>Important : lorsqu'un club ne participe pas au Festival par équipes de la saison en cours, il sera automatiquement classé en dernière position de sa section, et donc automatiquement rétrogradé dans la section inférieure.</p> <p>Dans le cas où le nombre de clubs non participants excéderait le nombre de clubs prévus pour rétrogradation, ils seront tous rétrogradés et des clubs de la section inférieure pourraient être promus en remplacement.</p> <p>Dans le cas d'une fusion de plusieurs clubs, la section dans laquelle le club fusionné évoluera sera celle qui était la plus haute parmi les clubs ayant fusionné.</p>
Classement provincial des clubs	<p>À l'issue de la saison, la coupe du « meilleur club provincial » sera remise au club qui aura cumulé le meilleur pointage durant la saison dans les compétitions suivantes :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Coupes du Québec #1 et #2 • Coupe Espoir #1 et #2 • Championnat québécois • Festival par équipes

8. Grand Prix du Québec



Compétition estivale destinée aux athlètes de performance, à la recherche d'une dernière performance en bassin de 50m avant les nationaux d'été en bassin de 25m.

Clientèle visée	Athlètes de niveau national.
Date	À venir
Bassin	50m- Piscine du Parc Jean Drapeau, Montréal
Catégorie d'âge	13 ans et moins, 14-15 ans, 16-17 ans, 18 ans et plus
Format	Préliminaires et finales Finales A par catégorie d'âge
Durée	4 jours
Standard de qualification	Grand Prix du Québec
Période de qualification	1 ^{er} septembre 2024 à la date limite d'inscription
Paranatation	Pas de catégorie spécifique
Nombre d'épreuves par athlète	Les athlètes peuvent nager toutes les épreuves dont ils ont le standard de qualification, jusqu'à un maximum de 8 épreuves individuelles par athlète. Épreuves bonus : 5 épreuves bonus pourront s'ajouter aux épreuves inscrites avec temps de qualification, jusqu'à un maximum de 8 épreuves au total par athlète. Des temps prouvés sont exigés pour toutes les épreuves individuelles, et les épreuves bonus et doivent avoir été réalisés durant la période de qualification.
Épreuves au programme	Programme complet

C. Invitations

Cette section contient les informations de base nécessaires à l'organisation des compétitions par les comités organisateurs durant la saison en cours. Le cadre complet et détaillé de chaque événement se retrouve dans l'invitation sanctionnée qui sera publiée sur le site de Natation Canada.

Description	On appelle « invitation » toute compétition régionale ou provinciale sanctionnée qui n'est ni un festival, ni une coupe ni un championnat, et dont les journées de compétition sont consécutives.		
Nom	Essai de temps	Réservés aux situations où des athlètes du même club ou provenant de clubs différents désirent réaliser des performances pour battre un nouveau record (Classe I – Voir C3.6.1 ou obtenir un standard pour une compétition future (classe II – voir C3.6.2)).	
	Intra club	Organisée localement pour les membres d'un seul club qui compétitionnent dans la même session.	
	Régionale	Regroupe uniquement des athlètes provenant de clubs issus de la même association régionale de natation.	
	Provinciale	Regroupe des athlètes provenant de clubs de plusieurs associations régionales; des athlètes hors Québec peuvent également y prendre part.	
Type	<p>Une invitation peut être ouverte ou fermée.</p> <p>Ouvverte : Tous les clubs peuvent s'inscrire.</p> <p>Fermée : Pour des athlètes provenant de clubs préalablement sélectionnés et précisés dans la sanction de compétition. Les clubs non invités ne peuvent y participer.</p>		

Renseignements techniques	<p>Les renseignements techniques énumérés sont à la discréction du comité organisateur de chaque événement :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Date ▪ Horaire ▪ Bassin (25m ou 50m) ▪ Nombre de sessions ▪ Finales contre-la-montre ou préliminaires/finales ▪ Temps de qualification ▪ Catégorie spécifique à la paranatation ▪ Structure d'épreuves et nombre d'épreuves par athlète ▪ Récompenses. <p>Pour les détails spécifiques de chaque invitation, il faut se référer à l'invitation qui sera publiée sur le site de Natation Canada.</p>
Sanctions	<p>Toutes les rencontres doivent être sanctionnées par la Fédération de natation du Québec sur le site de Natation Canada.</p> <p>Les deux genres et les groupes d'âge peuvent être combinés pour compétitionner ensemble dans une même session et un même numéro d'épreuve, mais les résultats doivent être produits en tenant compte du genre et de l'âge des participantes et participants.</p> <p>Une invitation Intra club ou essai de temps peut avoir lieu en tout temps.</p> <p>Restrictions :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Aucune sanction d'invitation avec finale ne sera accordée aux mois de septembre et d'octobre. ▪ Aucune autorisation de sanction d'invitation régionale et provinciale de même calibre ne sera émise les mêmes fins de semaine que les Festivals par équipes, les Mini coupes, les Coupes du Québec et le Championnat québécois. <p>La FNQ se réserve en tout temps le droit de refuser une sanction d'invitation, si elle juge que le nombre ou l'emplacement géographique pourrait nuire à la bonne organisation des Festivals, des Coupes ou du Championnat.</p>
Frais	<p>Les frais de sanction et les frais fixes de participation par athlète pour chacun des événements sont détaillés ci-dessous. Les frais par épreuves sont à la discréction du comité organisateur.</p>

CHAPITRE 3 – GRILLE DES FRAIS DE COMPÉTITION

Pour chaque compétition sanctionnée, les frais de compétition se définissent comme suit :

TYPE DE COMPÉTITION	FRAIS DE SANCTION ^(b)	FRAIS FIXES DE PARTICIPATION PAR ATHLÈTE ^(b)	COÛT POUR UNE ÉPREUVE INDIVIDUELLE	COÛT POUR UNE ÉPREUVE DE RELAIS
INVITATION				
Locale – Intra club^(c)	29,96 \$ ^(d) + taxes	5,89\$ + taxes		
Régionale	Essai de temps	29,96 \$ ^(d) + taxes	5,89\$ + taxes	Discretion du club ou de l'association régionale ^(a)
	Invitation ouverte ou fermée	29,96 \$ ^(d) + taxes	5,89\$ + taxes	
Provinciale	Essai de temps	29,96 \$ ^(d) + taxes	6,96\$ + taxes	
	Invitation ouverte ou fermée	141,78 \$ ^(d) + taxes	6,96\$ + taxes	
FESTIVAL, COUPES ET CHAMPIONNAT				
Festival par équipes	141,78 \$ + taxes	10,59 \$ + taxes	81,96\$ + taxes <i>Incluant toutes les épreuves individuelles et de relais</i>	
Mini coupe	141,78 \$ + taxes	9,10\$ + taxes	74,90\$ + taxes <i>Incluant toutes les épreuves individuelles et de relais</i>	
Coupe Espoir	141,78 \$ + taxes	15,30\$ + taxes	86,46\$ + taxes <i>Incluant toutes les épreuves individuelles et de relais</i>	
Coupe du Québec	141,78 \$ + taxes	15,30\$ + taxes	86,46\$ + taxes <i>Incluant toutes les épreuves individuelles et de relais</i>	
Championnat québécois	141,78 \$ + taxes	25,57\$ + taxes	92,02\$ + taxes <i>Incluant toutes les épreuves individuelles et de relais</i>	

Afin d'inclure les maitres dans une sanction de compétition avec des athlètes groupe d'âge, le comité organisateur d'une invitation devra créer :

- Deux sanctions bien distinctes sur le site de Natation Canada (CHAQUE demande sera facturée),
- Deux fichiers d'inscriptions Lenex bien distincts,
- Des invitations respectant les règlements de chaque catégorie d'athlète,
- Des fichiers de résultats différents pour chaque type de règlement et d'athlète.

(a) Les frais par épreuves individuelles et de relais sont à la discrétion du club ou de l'association régionale. Cependant, il est recommandé de préserver un coût raisonnable et de s'assurer que les informations sur les tarifs soient communiquées rapidement aux clubs participants. Tous les frais devront être connus obligatoirement dans l'invitation, et aucun changement ne sera accepté après la sanction de l'invitation.

(b) Les frais fixes par athlète (frais FNQ) doivent être mentionnés dans l'invitation et ne sont pas remboursables. Le comité organisateur est responsable de percevoir les frais fixes de participation avant la compétition. La FNQ procèdera par facturation au club organisateur pour la récupération des frais fixes et les frais d'autorisation de sanction.

(c) Un club sera exempté de frais d'autorisation de sanction et de frais fixes pour ses DEUX (2) PREMIÈRES RENCONTRES INTRACLUBS de la saison entre le 1^{er} septembre et le 31 août, si la demande est effectuée au minimum 7 jours de calendrier complet avant l'événement. (Incluant rencontre groupes d'âge et maitres).

(d) Les frais d'autorisation de sanction seront augmentés de 50 \$ si la demande est effectuée dans une période de moins de 7 jours ouvrables avant l'événement. Le montant sera augmenté de 100 \$, si demandé moins de 2 jours ouvrables avant l'événement, et ce, sous réserve de la capacité de répondre à la demande du personnel de la FNQ dans un si court délai.

CHAPITRE 4 – RENSEIGNEMENTS POUR LES COMITÉS ORGANISATEURS

1. Autorisation de sanction de compétitions

Une compétition sanctionnée par la FNQ officialise les temps enregistrés lors de cet événement. La sanction est émise si tous les règlements et procédures énoncés dans ce document sont respectés. La FNQ peut refuser une demande de sanction et devra justifier sa décision par écrit au club organisateur. Les compétitions sanctionnées seront affichées sur le site de Natation Canada.

2. Règlements et procédures

Toutes les compétitions sanctionnées au Québec doivent respecter les règlements et les procédures suivants en tout temps :

- *Règlements de natation et paranatation – Natation Canada*
<https://www.swimming.ca/fr/reglements-et-formulaires/>
- *Règlement de sécurité de la natation en bassin* : <https://fnq.ca/clubs-et-regions/reglements-de-securite/>
- *Procédure de sécurité pour les échauffements en compétition de natation de Natation Canada* : <https://www.swimming.ca/fr/reglements-et-formulaires/>

3. Processus des Inscriptions

Les nageuses et nageurs participant à une compétition doivent être conformément inscrits dans une catégorie admissible au réseau de compétition (ex. : le statut « confirmer compte » ne constitue pas une inscription conforme) dans le système d'inscription en ligne de Natation Canada.

L'inscription à la compétition doit obligatoirement avoir été faite par le système d'inscription en ligne de Natation Canada sans quoi le comité organisateur et le club s'exposent à des risques de défaut d'inscription et à des pénalités financières.

4. Pénalités pour défaut d'inscription

Pour une nageuse ou un nageur non inscrit dans le système d'inscription en ligne et ayant participé à une compétition :

- Une pénalité de 50 \$ par nageuse ou nageur fautif sera envoyée à son club d'appartenance et celui-ci aura l'obligation de finaliser son affiliation dans la catégorie appropriée dans les 5 jours suivant la réception de la lettre, sans quoi le montant de la pénalité sera doublé (100 \$).
- Le comité organisateur ayant accepté à son événement une ou un athlète non inscrit recevra une pénalité de 100 \$ par nageuse ou nageur fautif.

Pour une nageuse ou un nageur ayant participé à une compétition en étant inscrit dans une catégorie inappropriée :

- La Fédération de natation du Québec procèdera à son changement de statut au moment où elle reçoit le rapport de validation de Natation Canada. La nageuse ou le nageur sera alors inscrit dans la catégorie « compétitif ».
- Des frais administratifs de 20 \$ seront facturés par la FNQ au club fautif.

La FNQ procèdera par facturation au club fautif selon les modalités de facturation prévues à la présente politique.

Un club en défaut de paiement des pénalités 120 jours après la date de facturation, pourra se voir suspendu de tous ses droits et priviléges de membre en règle.

5. Responsabilités

Pour toute compétition sanctionnée, les comités organisateurs s'engagent à ce qui suit :

AVANT l'événement

- Respecter intégralement les règlements mis en place dans le guide technique par la Fédération de natation du Québec (FNQ).
- Valider l'admissibilité des athlètes et respecter le processus des inscriptions ci-haut mentionnées.
- Respecter tous les règlements de Natation Canada pour la tenue d'une compétition, ainsi que le [règlement de sécurité de la natation en bassin](#) en vigueur.
- S'assurer de respecter en tous points les éléments essentiels du montage de la piscine avant l'arrivée des officiels : [Trousse des directeur.rices de rencontre](#).
- N'apporter aucune modification ou aucun changement à l'invitation d'une compétition sanctionnée sans l'autorisation de la FNQ.
- S'assurer que le logiciel utilisé dans le cadre de la compétition soit à jour avec la plus récente version du logiciel Splash Meet Manager pour la gestion de la rencontre. Veuillez vérifier votre version sur le site web suivant pour voir si des mises à jour sont disponibles : [http://wiki.swimrankings.net/index.php/Main Page](http://wiki.swimrankings.net/index.php/Main_Page).
- Utiliser l'application mobile SplashMe et l'option d'affichage des résultats en ligne.
- Considérer l'achat de médailles, trophées, rubans et bannières chez notre commanditaire, [Trophées Dubois](#) Itée pour les compétitions non octroyées par la FNQ.

- S'assurer d'avoir le personnel minimum requis pour tenir une compétition. Veuillez-vous référer au règlement de Natation Canada C1.2.1 pour les détails.
 - Dans certaines rencontres, les officielles et officiels peuvent cumuler diverses fonctions si elles ne sont pas incompatibles.
 - Tous les postes de niveau II et plus doivent être occupés par des officielles et officiels ayant au moins suivi le stage théorique.
 - Le comité de direction de chacune des compétitions devra s'assurer à l'avance d'avoir des officielles et officiels compétents en nombre suffisant ou prévoir la formation nécessaire des officielles et officiels qu'il compte assigner à chacun des postes majeurs (niveau II), lors de chaque session. La FNQ pourra soutenir les clubs dans la formation, sur demande, si la requête est effectuée dans un délai de 7 jour ouvrable.

Toute compétition doit se dérouler en présence d'une directrice ou d'un directeur de rencontre et d'une ou un juge-arbitre qualifié. Un non-respect de cette règle entraîne l'annulation de tous les temps réalisés par les athlètes ainsi que la reconnaissance des expériences des officielles et officiels.

La ou le juge-arbitre doit s'assurer du respect par les entraîneuses et entraîneurs ainsi que les participantes et participants des normes incluses dans le livre de règlement de Natation Canada et le règlement de sécurité de la natation en bassin de la Fédération de natation du Québec.

APRÈS l'événement :

- Exporter et télécharger les résultats de la compétition sur le site de Natation Canada, dans un délai de 24 h lorsque possible (au plus tard 8 jours après la compétition) au format habituel (fichier SDIF / CL2) afin de valider les nageuses et nageurs inscrits et publier les résultats officiels en ligne.
- Envoyer les documents suivants par courriel à competition@fnq.ca au plus tard 8 jours après la compétition
 - La sauvegarde complète (Ficher SMB),
 - Les formulaires de réclamation (protêts), s'il y a lieu,
 - Les formulaires d'accidents complétés et signés par les responsables, s'il y a lieu,
 - Le résumé d'une situation conflictuelle, s'il y a lieu.
- S'assurer de faire parvenir tous les documents nécessaires à l'homologation d'un record canadien, s'il y a lieu <https://www.swimming.ca/fr/procedure-de-demande-de-record-canadien/>
- Percevoir les frais fixes de participation associés aux différentes compétitions selon la grille publiée. La FNQ procèdera par facturation auprès du club organisateur suivant la réception des résultats de la compétition.
- Remplir le sondage post-événement dans les quinze (15) jours suivant l'événement.

6. Interprétation

La version en ligne du guide technique sur le site de la FNQ prévaut.

Les versions en ligne des invitations sur le site de Natation Canada demeurent en tout temps les versions officielles.

Lorsque traduits, les textes français prévalent par rapport aux textes anglais.

ANNEXE 1 - REPARTITION DES CLUBS FESTIVAL PAR ÉQUIPE 2026

A venir

ANNEXE 2 - REPARTITION DES CLUBS COUPE ESPOIR 2025 ET 2026

Les deux éditions annuelles des Coupes du Québec Junior se tiendront sur 3 zones simultanément, les clubs de la province seront donc divisés en trois groupes.

La répartition des clubs dans les trois zones se fera au regard des classements du Festival Par Équipe 2023.

Pour les saisons 2024-2025 et 2025-2026 :

- Seront dans la Zone A les clubs qui ont mérité une place dans la Section 1 à la suite du Festival par Équipes tenu à l'automne 2023
- Seront dans la Zone B les clubs qui ont mérité une place dans les Sections 2 et 3 à la suite du Festival par Équipes tenu à l'automne 2023
- Seront dans la Zone C les clubs qui ont mérité une place dans les Sections 4 et 5 à la suite du Festival par Équipes tenu à l'automne 2023

GROUPE A	CAMO
	CNQ
	NN
	PCSC
	RL
	SAMAK
	MUST

GROUPE B	BBF	ELITE
	CASE	LMRL
	CDNDG	MEGO
	CNMN	UL
	CNSL	NG
	CSLA	RIKI
	DDO	SHER
	DSC	CAC
	NSH	

GROUPE C	ABC	CAPI	CNBF	CNJA	CPC	LSNR
	BG	CAPN	CNC	CNJO	ENC	MINA
	BLUE	CARAT	CNCC	CNM	EPMJ	MIS
	CADAC	CARE	CNBF	CNML	ETM	MY
	CAEM	CARO	CNC	CNMM	GAMI	OP
	CAFA	CASM	CNCC	CNMT	GAMIN	R2P
	CAHB	CASO	CNCI	CNRB	ICI	RED
	CALAC	CENIM	CNDA	CNSF	LAVAL	STN
	CAMI	CITA	CNDM	CNSH	LBDF	UNIK
		CLOB	CNHR	CNSI	LLOU	VELOX

ANNEXE 3 - REPARTITION DES CLUBS MINI-COUPE 2025

La mini-coupe se tiendra à 2 endroits simultanément, les clubs de la province seront donc divisés en deux groupes.

MINI-COUPE EST QUÉBEC

ABC	BG
BLUE	CAC
CAHB	CAMI
CAPC	CARE
CARO	CASE
CASE	CENIM
EMJ	SAMAK
CNBF	CNC
CNCC	CNCI
CDNA	CNDM
CNJA	CNJO
CNM	CLOB
CNQ	CNMM
CNSF	CNRB
CPC	CNSI
ENC	ELITE
GAMI	ETM
LAVAL	GAMIN
LLOU	LDBF
LSRN	LMRL
MY	MUST
NSH	NN
RIKI	RED
UL	RL
VELOX	UNIK

MINI-COUPE OUEST TROIS-RIVIERES

BBF	CADAC
CAEM	CAFA
CALAC	CAMO
CAPI	CAPN
CARAT	CAS
CASM	CASO
CDNDG	CITA
CNHR	CNCS
CNMN	CNML
CNSH	CNMT
CSLA	CNSL
DSC	DDO
MEGO	ICI
MIS	MINA
OP	NG
R2P	PCSC
STN	SHER

ANNEXE 4 – REGISTRE DES MISES A JOUR DU GUIDE TECHNIQUE

Septembre 2025

1. Changement de nom de Coupe du Québec Junior → Coupe Espoir

La Coupe du Québec Junior deviendra à partir de la saison 2025-2026 la « Coupe Espoir ».

Rationnel

- Alignement avec la vocation de développement : le terme « Junior » suggérait un critère d'âge, alors que l'intérêt pédagogique est avant tout axé autour du développement.
- Clarifier la lisibilité de l'écosystème compétitif : éviter la confusion avec les Coupes du Québec senior.
- Établir un parallèle avec l'identification de niveau Espoir, objectif d'une grande partie des athlètes participant à cette compétition.
- Meilleure compréhension du niveau visé par les clubs et entraîneurs.

2. Changement de nom de Coupe du Québec Senior → Coupe du Québec

La Coupe du Québec Senior deviendra à partir de la saison 2025-2026 la Coupe du Québec.

Rationnel

- Inclure les meilleurs juniors : l'événement vise les nageurs de haut niveau, peu importe l'âge.
- Mieux valoriser cette Coupe face à la Coupe Espoir.
- Simplification de la compréhension de la structure compétitive.

3. Création du Défi virtuel de distance

Classement virtuel pour les épreuves 800m, 1500m et 3000m Libre chez les 17 ans et moins.

Intégration dans le processus de sélection de la Coupe Espoir et d'identification Espoir.

Rationnel

- Promouvoir les épreuves de distance, souvent sous-représentées dans les choix d'épreuves
- Promouvoir via les épreuves de distance le développement aérobique
- Réduire la durée des sessions dans les Coupes Espoir.

4. Majoration du pointage des épreuves de distance dans les Coupes Espoir et le Festival par équipes

Dans ces deux compétitions, les épreuves de 200m de spécialité, les 400m, 800m et 1500m seront davantage valorisés dans les pointages individuels que les 50m et 100m.

Rationnel

- Inciter les athlètes en développement à diversifier les épreuves nagées en compétition.
- Éviter l'engorgement vers les épreuves de sprint.
- Récompenser l'effort dans des épreuves exigeantes et moins populaires.

5. Révision des règles d'exclusion et de participation à la Coupe Espoir

Tout athlète admissible pourra désormais participer à la Coupe Espoir, y compris ceux ayant participé à la Coupe Senior.

Seuls les 16-17 ans devront nager Hors-concours les épreuves dans lesquelles ils ont un standard Coupe Senior.

Rationnel

- Permettre aux athlètes non-finalistes aux Coupes du Québec de compléter leur développement en nageant des finales aux Coupes Espoir.
- Simplifier les règles de participation.
- Permettre à tous les nageurs en progression de vivre l'expérience.

6. Réduction du seuil d'âge pour les standards B à la Coupe du Québec

Les standards B de la Coupe du Québec s'appliquent désormais aux 17 ans et plus (au lieu de 18 ans et plus).

Rationnel

- Mieux aligner avec la réalité des nageurs en 5e secondaire / Cégep.
- Lutter contre le décrochage en facilitant à la masse des nageurs de 17 ans et plus l'accès à une compétition stimulante.

7. Diminution du nombre de Sections 5 au Festival par Équipes

Le Festival par Équipes passe de quatre Sections 5 à deux sections seulement - les sections 1 à 4 demeurent inchangées.

Dans cette nouvelle organisation, les deux premiers clubs de chaque Section 5 seront promus en Section 4.

Rationnel :

- Améliorer la qualité compétitive : certaines Sections 5 comportaient très peu d'équipes (parfois 4 à 6), ce qui diminuait l'intensité de la compétition et le sentiment d'événement.
- Optimiser les ressources : mutualiser l'utilisation des officiels, des installations et du personnel.
- Maintenir un minimum critique d'athlètes pour assurer des courses stimulantes et représentatives : les projections estiment 250 à 300 nageurs par nouvelle Section 5, un seuil jugé optimal.