

Invitation

Pointe-Claire

Invitational

7 au 10 décembre 2023
December 7 to 10, 2023



Hôte / Host

Pointe-Claire Swim Club (PCSC)

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

Directrices de rencontre / Meet managers

Lan Dinh & Deborah Davis pcscmeets@gmail.com

Responsables des Inscriptions / Entries Coordinators

Karine Martel & Carole Thomas pcscmeets@gmail.com

Responsables des officiels / Officials Responsible

pcsc.roc@gmail.com

Simon Roughley (Officiels niveau 2+ / Officials level 2+)

Angela Rashotte (Officiels niveau 1 / Officials level 1)

Installation / Facilities

Deux bassins de 25m, 20 couloirs avec câbles anti- vagues. Système de chronométrage QUANTUM avec 20 plaques de touche. Une piscine six couloirs sera disponible pour les échauffements pendant toute la durée de la compétition.

Two 25m 10 lane pools, 20 anti-wave lanes. Timing system will use QUANTUM equipped with 20 touch pads. A warm-up 6 lanes pool will be available throughout the meet.



INFORMATION DE LA COMPÉTITION

COMPETITION INFORMATION

PAGE WEB DE LA COMPÉTITION / MEET WEB PAGE

<https://www.gomotionapp.com/team/canqccapc/page/club-page/pointe-claire-invitational>

GROUPES DE COMPÉTITION

La compétition **Invitation Pointe-Claire** est divisée en **trois** groupes de compétition :

Groupe 11-12 ans: pour nageurs 11-12 ans,
Groupe B et Groupe A: pour nageurs 13 ans et plus

Le Groupe A a des temps de qualification plus rapides que ceux du Groupe B. Voir l'Annexe 1 pour plus de détails.

QUALIFICATIONS

- Afin de participer à un groupe de compétition, le nageur doit se qualifier et participer à au moins 3 épreuves individuelles du groupe de compétition.
- Le reste des épreuves (jusqu'à un maximum de 6) peut être des nages bonus (temps non qualifiés) dans ce même groupe de compétition.
- Les nageurs doivent se qualifier pour les épreuves du 800 et du 1500 libre pour pouvoir les nager ; ces épreuves ne sont pas considérées comme des épreuves bonus.
- Un nageur qualifié pour le groupe de compétition A ne peut pas compétitionner dans le groupe de compétition B et vice-versa.
- Tous les 11 et 12 ans doivent être inscrits dans le **groupe de compétition 11-12 ans**.

PÉRIODE DE QUALIFICATION

Les temps de qualification doivent avoir été réalisés lors d'une compétition sanctionnée par la Fédération de natation du Québec ou Natation Canada, depuis le 1er septembre 2022 jusqu'à la date limite d'inscription.

DÉTAILS SPÉCIFIQUES

- Préliminaires, bassin 25m le matin – groupes d'âge ensemble – nagé sénior.
- Finales, grand bassin 50m le soir – nagé par catégories d'âge.
- La session de longues distances (jeudi soir), bassin 50m - nagé du plus vite au plus lent.

NOMBRE MAXIMUM DE NAGEURS AUTORISÉS

800 nageurs

GROUPS BREAKDOWN

The **Pointe-Claire Invitational** is divided into **three** competition groups:

Group 11-12 yo: for swimmers 11-12 year-olds,
Group B and Group A: for swimmers 13 and over

Group A has faster qualification standards than Group B. See Appendix 1 for more details.

QUALIFICATIONS

- In order to participate in a competition group, a swimmer must qualify for and enter in at least 3 qualified times in the competition group.
- The rest of their individual events (up to a maximum of 6) can be bonus swims (non-qualified times) in that same competition group.
- Swimmers must qualify for the 800 and 1500 Freestyle events to be able to swim them; these do not qualify as bonus events.
- A swimmer qualified for Competition Group A cannot compete in Competition Group B and vice versa.
- All 11 and 12 year olds must be entered in the **11-12 competition group**.

QUALIFICATION PERIOD

Qualifying times must have been achieved at a competition sanctioned by the Quebec Swimming Federation or Swimming Canada, from September 1, 2022 until the registration deadline.

SPECIFIC DETAILS

- Prelims are short-course (25m) in the morning, age groups combined, senior seeded.
- Finals are long-course (50m) at night, swimming by age categories.
- Long-distance session (Thursday evening), 50m pool – swum from fastest to slowest.

MAXIMUM NUMBER OF SWIMMERS ALLOWED

800 swimmers



RÈGLEMENTS

- Cette compétition est sanctionnée par la Fédération de natation du Québec. Invitation: provinciale ouverte.
- La priorité sera donnée, mais sans s'y limiter, aux équipes pré-enregistrées et acceptées par les directrices de la rencontre.
- Les règlements de Natation Canada et ceux de la FNQ seront en vigueur, incluant le Règlement de sécurité de la natation en bassin;
- Les départs se feront à partir des plots de départ selon World Aquatics 16.1.8 et 4.1.
- Durant la compétition, les procédures de sécurité pour l'échauffement en compétition de Natation Canada seront en vigueur, un nageur fautif pourrait être pénalisé et ne pas participer à sa première épreuve de la session. Voir les procédures en cliquant sur le lien suivant :
[Procédures de sécurité pour l'échauffement en compétition \(Natation Canada\)](#)

ADMISSIBILITÉ DES NAGEURS

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

ADMISSIBILITÉ DES ENTRAÎNEUR(E)S

- Chaque entraîneur participant à une compétition devra être membre en règle de la FNQ ou de sa propre fédération provinciale/nationale.
- Chaque club devra obligatoirement avoir un entraîneur exclusivement dédié à sa fonction d'entraîneur durant la compétition. Un entraîneur ne pourra donc pas compétitionner si celui-ci est le seul entraîneur présent de son club.
- Afin de pouvoir entraîner et participer à des compétitions sanctionnées, l'entraîneur(e) d'un club québécois doit avoir minimalement obtenu le statut « certifié » d'une formation suivante :

Natation 101 – Entraîneur(e) des fondements de la natation

Natation 201 – Entraîneur(e) groupe d'âge

Natation 301 – Entraîneur(e) senior au début de sa prise de fonction.

Mesures d'exception pour les nouveaux entraîneurs : se référer aux règlement de sécurité de la natation en bassin.

ADMISSIBILITÉ DES CLUBS

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

RULES

- This competition is sanctioned by the Fédération de natation du Québec. Invitation: Open provincial.
- Priority will be given, but not limited to, teams that have pre-registered and have been accepted by the meet manager.
- Swimming Canada and FNQ rules will apply, including the Safety Rules for Pool Swimming;
- Starts will be made from the starting blocks as per World Aquatics 16.1.8 and 4.1.
- During the competition, Swimming Canada's safety procedures for warm-up will be in effect. A swimmer at fault could be penalized and not participate in his first event of the session. See the procedures by clicking on the following link:
[Competition Warm-Up Safety Procedures \(Swimming Canada\)](#)

SWIMMER ELIGIBILITY

Swimmers must be registered as competitive members of the Quebec Swimming Federation or its own provincial / national federation.

COACH ELIGIBILITY

- Each coach participating in a competition must be a member in good standing of the FNQ or of his/her own provincial/national federation.
- Each club must have a coach dedicated exclusively to coaching during a competition. A coach may not compete if he or she is the only coach present from the club.
- In order to be able to coach and participate in sanctioned competitions, a Quebec club coach must have obtained at least the "certified" status of one of the following courses:

Swimming 101 – Fundamentals of Swimming Coach

Swimming 201 – Age Group Coach

Swimming 301 – Senior coach at the beginning of his/her position.

Exceptional measures for new coaches: refer to pool swimming safety regulations.

CLUB ELIGIBILITY

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



CRITÈRES DE QUALIFICATION

CATÉGORIES D'ÂGE

L'âge du nageur sera déterminé par son âge au 7 décembre 2023.

Les catégories d'âge pour les épreuves individuelles :
11-12 ans / 13-14 ans / 15-16 ans / 17 ans et plus

Les catégories d'âge pour les épreuves de relais :
11-12 ans / 13-14 ans / 15 ans et plus

LONGUES DISTANCES — 800m ET 1500m LIBRE

- Les épreuves 800m et 1500m nage libre sont des épreuves finales contre-la-montre, et se nagent le jeudi soir, dans le bassin de 50m.
- Les nageurs doivent atteindre le temps de qualification pour le 800m ou le 1500m nage libre afin de s'inscrire dans ces épreuves.
- Le nageur qualifié pour le 800m et le 1500m ne peut pas nager à la fois sur le 800m et le 1500m. Il doit choisir entre le 800m et le 1500m libre.
- Les épreuves seront nagées sénior, du plus vite au plus lent.
- Il y aura une alternance des séries femmes et hommes.
- Le comité organisateur se réserve le droit de limiter le nombre d'inscriptions aux épreuves du 800m et du 1500m.
- Dans la mesure du possible, les nageurs nagent un par couloir. Cependant, si le temps estimé pour la session est jugé trop long, le comité organisateur combinera les départs et fera nager deux nageurs par couloir.

RELAIS

- Nagés durant les finales seulement.
- Maximum 2 par club par catégorie d'âge (11-12, 13-14, 15+) par genre.
- Les relais se nageront sénior.

QUALIFICATION CRITERIA

AGE CATEGORIES

The swimmers' age group will be determined by their age on December 7, 2023.

Age categories for individual events :
11-12 yo / 13-14 yo / 15-16 yo / 17 yo and over

Age categories for relay events :
11-12 yo / 13-14 yo / 15 yo and over

LONG DISTANCES — 800m AND 1500m FREESTYLE

- The 800m freestyle and 1500m freestyle events are timed final events and will be swum on Thursday evenings, in a 50m pool.
- Swimmers must achieve the qualification standard for the 800m or 1500m Freestyle in order to swim that respective race.
- A swimmer qualified for the 800m and 1500m is not allowed to swim both the 800m and the 1500m. They must choose between the 800m and the 1500m free.
- Events will be swum senior seeded, from fastest to slowest.
- There will be an alternation of women's and men's heats.
- Meet Management reserves the right to limit the entries in the 800m and 1500m events.
- Whenever possible, swimmers will swim one per lane. However, if the estimated time for the session is deemed to be too long, the organizing committee will combine starts and swim two swimmers per lane.

RELAYS

- Swim in finals only.
- Maximum 2 per club per age category (11-12, 13-14, 15+) per gender.
- Will be swum senior seeded.



FORMAT DE LA COMPÉTITION

- Toutes les épreuves seront nagées senior, du plus lent au plus rapide, à l'exception du 400 IM et les 400, 800 et 1500 nage libre, qui seront nagées du plus rapide au plus lent.
- Le règlement II.3.1.1.1 ne s'applique pas.
- Toutes les séries préliminaires et finales se déroulent dans dix (10) couloirs.

FINALES

Épreuves de 50 m, 100 m et 200 m

- Les nageurs de 11-12 ans et 17 ans et plus auront une seule finale.
- Les nageurs âgés de 13 à 16 ans des finales A et B si au moins 25 ont nagé dans la session préliminaire.

Épreuves de 400 m

- Les épreuves de 400 m sont des finales contre-la-montre pour les 11-12 ans et le Groupe B.
- Les épreuves de 400 m ont une seule finale pour toutes les catégories du Groupe A.

FORFAITS

- Préliminaires : Les forfaits doivent être adressés par écrit au bureau de l'administration au plus tard 30 minutes après le début des finales de la veille.
- Finales : Les forfaits doivent être adressés par écrit au bureau de l'administration au plus tard 30 minutes après la fin de la session préliminaire.
- Tout finaliste qui se retire après l'heure limite sera retiré de toutes les épreuves finales restantes (y compris les épreuves de relais) de ce jour.

CONFIRMATION DE PRÉSENCE

- Obligatoire pour les finales. La direction de la compétition se réserve le droit de déclarer forfait tout nageur qui n'aura pas confirmé sa participation avant le début de la session des finales. Voir les détails dans le Bulletin Technique.
- Relais: Les entraîneurs doivent soumettre les formulaires de relais remplis avec l'ordre des nageurs au bureau de l'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.**

TEMPS DE PASSAGE OFFICIEL

Les demandes de temps de passage comme temps officiel devront être faites au bureau de l'administration avant le début de l'épreuve en question.

FORMAT OF THE COMPETITION

- All events will be swum senior seeded from slowest to fastest with the exception of the 400 IM, 400, 800 and 1500 freestyle which will swim from fastest to slowest.
- Rule II.3.1.1.1 does not apply.
- All preliminary and finals heats will be swum in ten (10) lanes.

FINALS

50m, 100m and 200m Events

- Swimmers aged 11-12 yo and 17 yo and over will have one final.
- Swimmers aged 13 to 16 yo will have A and B Finals if at least 25 have swum in the Preliminary session.

400m Events

- 400m events are timed finals for Group 11-12 yo and Group B.
- 400m events have only one Final for all swimmers in Group A.

SCRATCHES

- Preliminaries: Scratches must be made in writing to the Administration Desk no more than 30 minutes after the beginning of the previous day's finals.
- Finales: Scratches must be made in writing to the Administration Desk no more than 30 minutes after the end of the preliminary session.
- Any finalist who withdraws after the deadline will be removed from all the remaining final events (including relay events) of that day.

POSITIVE CHECK-IN

- Required for Finals. Meet management reserves the right to declare forfeit any swimmer who is not checked in by the start of the finals session. See details in Technical Bulletin.
- Relays: Coaches must return the relay sheets completed with the order of swimmers to the Administration Desk by the end of preliminaries. Deadline for relay name changes: **30 minutes prior to the start of the Final session.**

OFFICIAL TIMES

Requests for official times must be made to the Administration Desk before the start of the event in question.



HORAIRE DES ÉPREUVES SCHEDULE AND EVENTS

NUMÉROTATION DES ÉPREUVES Groupe 11-12 ans – numéros d'épreuves 101 - 199 Groupe B – numéros d'épreuves 201 - 299 Groupe A – numéros d'épreuves 301 - 399 Les numéros d'épreuves pourraient être différents après la réception des inscriptions. Veuillez vous référer au bulletin technique.	EVENTS NUMBERING Group 11-12 yo – event numbers 101 - 199 Group B – event numbers 201 - 299 Group A – event numbers 301 - 399 Event numbers may be different after the entries are received. Please refer to the technical bulletin.
--	---

JEUDI 7 DÉCEMBRE / THURSDAY, DECEMBER 7th

Finale contre-la-montre / Timed finals session

Bassin / Pool 50 m

Échauffement / Warmup: 16h00 (4:00 p.m.)

Début / Start : 17h00 (5:00 p.m.)

Femmes / Women Groupes A / B / 11-12	Épreuves Events	Hommes / Men Groupes A / B / 11-12
301 / 201 / 101	800m Libre / Free	304 / 204 / 104
303 / 203 / 103	1500m Libre / Free	302 / 202 / 102

Notes:

Bassin long, Nagé sénior, plus vite au plus lent. Finales contre-la-montre. La comité organisateur se réserve le droit de limiter les inscriptions des épreuves de 800m et 1500m et de nager à 2 par couloir les séries lentes.

Long Course, Senior seeded, fast to slow. Timed Finals. Meet Management reserves the right to limit the entries in the 800 and 1500m events and swim slower heats 2 per lane.

VENDREDI 8 DÉCEMBRE / FRIDAY, DECEMBER 8th

Session préliminaire / Prelims session

Bassin / Pool 25m

Échauffement / Warmup: 7h30 (7:30 a.m.)

Début / Start : 8h30 (8:30 a.m.)

Session Finales / Finals session

Bassin / Pool 50 m

Échauffement / Warmup: 16h00 (4 p.m.)

Début / Start : 17h00 (5 p.m.)

Femmes / Women Groupes 11-12 / B / A	Épreuves Events	Hommes / Men Groupes 11-12 / B / A
105 / 205 / 305	200m Libre / Free (Prélim & Finale)	106 / 206 / 306
107 / 207 / 307	100m Papillon / Fly (Prélim & Finale)	108 / 208 / 308
109 / 209 / 309	50m Libre / Free (Prélim & Finale)	110 / 210 / 310
111 / 211 / 311	100m Dos / Back (Prélim & Finale)	112 / 212 / 312
113 / 213 / 313	400m QNI / Medley (Prélim seulement) (Note 1 & 2)	114 / 214 / 314
115 / 215 / 315	4x50m Libre Mixte / Free Mix (Finale seulement) (Note 3)	



SAMEDI 9 DÉCEMBRE / SATURDAY DECEMBER 9th

Session Préliminaire / Prelims session

Bassin / Pool 25m

Échauffement / Warmup: 7h30 (7:30 a.m.)

Début / Start : 8h30 (8:30 a.m.)

Session Finales / Finals session

Bassin / Pool 50 m

Échauffement / Warmup: 16h00 (4 p.m.)

Début / Start : 17h00 (5 p.m.)

Femmes / Women Groupes 11-12 / B / A	Épreuves Events	Hommes / Men Groupes 11-12 / B / A
121 / 221 / 321	100m Libre / Free (Prélim & Finale)	122 / 222 / 322
123 / 223 / 323	200m Dos / Back (Prélim & Finale)	124 / 224 / 324
125 / 225 / 325	200m Brasse / Breast (Prélim & Finale)	126 / 226 / 326
127 / 227 / 327	400m Libre / Free (Prélim seulement) (Notes 1 & 2)	128 / 228 / 328
129 / 229 / 329	4x50m QNI / Medley (Finale seulement) (Note 3)	130 / 230 / 330

DIMANCHE 10 DÉCEMBRE / SUNDAY DECEMBER 10th

Session Préliminaire / Prelims session

Bassin / Pool 25m

Échauffement / Warmup: 7h30 (7:30 a.m.)

Début / Start : 8h30 (8:30 a.m.)

Session Finales / Finals session

Bassin / Pool 50 m

Échauffement / Warmup: 16h00 (4 p.m.)

Début / Start : 17h00 (5 p.m.)

Femmes / Women Groupes 11-12 / B / A	Épreuves Events	Hommes / Men Groupes 11-12 / B / A
133 / 233 / 333	100m Brasse / Breast (Prélim & Finale)	134 / 234 / 334
135 / 235 / 335	200m Papillon / Fly (Prélim & Finale)	136 / 236 / 336
137 / 237 / 337	200m QNI / Medley (Prélim & Finale) (Note 1)	138 / 238 / 338
139 / 239 / 339	4x50m Libre / Medley (Finale seulement) (Note 3)	140 / 240 / 340

Notes:

- (1) Finales contre-la-montre pour les Groupes 11-12 ans et B en préliminaires.
Timed finals for Group 11-12 yo and Group B in Prelims.
- (2) Nagé sénior, du plus vite au plus lent. Le comité organisateur se réserve le droit de limiter les inscriptions des épreuves de 200 QNI, 400m QNI et 400m libre.
Senior seeded, from fast to slow. The Meet Management team reserves the right to limit the entries in the 200m IM, 400m IM and 400m Freestyle.
- (3) Tous les relais seront nagés lors des finales seulement, en bassin 50 m.
All relays will be swum at Finals only, in the 50m pool.



PROCÉDURE D'INSCRIPTION

INSCRIPTION

- Le fichier des épreuves est disponible sur le site <https://www.swimming.ca/fr/evenements-resultats/>.
- Toutes les inscriptions devront obligatoirement être déposées sur ce même site dans la colonne « Déposer entrées » avant la date limite d'inscription.
- Il est de la responsabilité du club de vérifier la validité des données avant de déposer les inscriptions en ligne.
- Les preuves de temps sont exigées au moment de l'envoi des inscriptions.
- Aucune inscription sans temps (NT) ne sera acceptée.

DATE LIMITE D'INSCRIPTION

Lundi 27 novembre 2023, 23h59 EST

FRAIS D'INSCRIPTION

90,00 \$ CA frais fixe par nageur (incluant le frais 6,90 \$ CA + taxes de la FNQ)
20,00 \$ CA par relais

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

Veuillez faire le chèque à l'ordre de : **VILLE DE POINTE-CLAIRE**

Les frais d'inscriptions ne sont pas remboursables.

ENTRIES PROCESS

ENTRIES

- The event file is available at <https://www.swimming.ca/en/event-results/>.
- All registrations must be submitted on this same site in the "Submit entries" column before the registration deadline.
- It is the club's responsibility to check the validity of the data before submitting the registrations online.
- Proof of time is required when submitting entries.
- No registration without time (NT) will be accepted.

REGISTRATION DEADLINE

Monday November 27, 2023, 11:59 pm EST

ENTRY FEES

Can\$ 90.00 flat fee per swimmer (including the fee Can\$ 6.90 + taxes of FNQ)
Can\$ 20.00 per relay

Payment must be remitted to the administration office before the start of the competition.

Cheques should be made payable to: **VILLE DE POINTE-CLAIRE**

Entry fees are not refundable.

RÉSULTATS, CLASSEMENT ET RÉCOMPENSES

RÉSULTATS EN DIRECT

Les résultats en direct seront disponibles via le lien suivant <http://results.pointe-claire.ca>. Ils seront également disponibles via l'application SplashMe.

POINTAGE

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

Relais: 22-18-16-14-12-10-8-6-4-2

REMISE DES MÉDAILLES ET PLAQUES

Pour chaque catégorie d'âge (11-12, 13-14, 15-16, 17+) et genre :

- Des médailles seront remises aux trois premiers nageurs pour les épreuves individuelles et les relais.
- Récompense du meilleur pointage individuel (5-2-1).
- Les médailles seront remises immédiatement après les finales A de chaque épreuve. Veuillez informer vos nageurs de première, deuxième et troisième places de se diriger immédiatement vers le podium

RESULTS, SCORING AND AWARDS

LIVE RESULTS

Live Results will be found at: <http://results.pointe-claire.ca>. They will also be available through SplashMe.

SCORING

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

Relay events: 22-18-16-14-12-10-8-6-4-2

MEDAL PRESENTATIONS AND PLAQUES

For each age group (11-12, 13-14, 15-16, 17+) and gender:

- Medals will be awarded for first, second and third places for individual events and relays.
- High Point Aggregate Individual award (5-2-1).
- Medals will be awarded immediately after the A finals of each event. Please inform your first, second and third place swimmers to proceed immediately to



après leurs courses. Le podium est situé sur la plateforme de plongeon de 3m.

- Les médailles pour les épreuves suivantes seront remises aux entraîneurs lors de la session suivante:
 - Épreuves de longue distance;
 - Épreuves finales contre-la-montre du 400m (pour les nageurs de 11-12 ans et du groupe B);
 - Relais
- Les plaques de meilleur pointage total pour les 11-12 et groupes B et A seront remises à la fin des finales du dimanche.

the podium after their races. The podium is located on the 3m diving platform.

- Medals for the following events will be given to coaches at the following session:
 - Long distance events;
 - 400m timed finals (for swimmers aged 11-12 and group B);
 - Relays
- Plaques for the swimmers with the highest points (in groups 11-12, Groups B and A) will be presented at the end of Sunday finals.

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES

RÉUNION DES ENTRAÎNEUR(E)S

Les détails de la réunion des entraîneurs seront disponibles dans le bulletin technique.

ÉCHAUFFEMENT

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

OFFICIELS ET BÉNÉVOLES

Nous comptons sur la participation de tous les clubs pour fournir les officiels en nombre suffisant pour cette compétition.

<https://www.gomotionapp.com/team/canqccapc/page/club-page/pointe-claire-invitational>

SPECTATEURS

Les places assises dans la mezzanine seront disponibles pour les spectateurs.

PHOTOGRAPHIE

Le club de natation de Pointe-Claire prendra des photos promotionnelles des nageurs de Pointe-Claire pendant la compétition. Toute autre photographie doit être approuvée par les directrices de la rencontre.

COURTOISIE

Le Club de Natation de Pointe-Claire est heureux d'offrir un service de courtoisie aux entraîneurs et aux officiels pour la durée de la compétition.

ADDITIONAL INFORMATION

COACH MEETING

Details of the coaches meeting will be available in the technical bulletin.

WARMUP

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

OFFICIALS AND VOLUNTEERS

We are counting on the participation of all clubs to provide sufficient officials for this competition.

<https://www.gomotionapp.com/team/canqccapc/page/club-page/pointe-claire-invitational>

SPECTATORS

Seating in the mezzanine will be available.

PHOTOGRAPHY

Pointe-Claire Swim Club will be taking promotional photography of Pointe-Claire swimmers during the competition. All other photography must be approved by the meet managers.

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.



ANNEXE 1 - INVITATION POINTE-CLAIRE TEMPS DE QUALIFICATION

APPENDIX 1 - POINTE-CLAIRE INVITATIONAL STANDARDS

Pointe-Claire Invitational Time Standards												
Filles - Girls (25m)												
Level	11-12		Competition Group B					Competition Group A				
Age	11	12	13	14	15	16	17+	13	14	15	16	17+
50 Free	36.95	35.10	33.55	32.88	32.22	31.58	30.95	29.77	29.17	28.59	28.02	27.46
100 Free	1:21.11	1:17.06	1:13.13	1:11.67	1:10.23	1:08.83	1:07.45	1:04.69	1:03.40	1:02.13	1:00.89	59.67
200 Free	2:56.15	2:47.34	2:37.71	2:34.56	2:31.47	2:28.44	2:25.47	2:19.57	2:16.78	2:14.05	2:11.37	2:08.74
400 Free	6:08.53	5:50.11	5:30.66	5:24.05	5:17.57	5:11.22	5:04.99	4:52.54	4:46.69	4:40.96	4:35.34	4:29.83
800 Free	12:54.52	12:15.79	11:11.23	10:57.81	10:44.65	10:31.76	10:19.12	10:02.00	9:50.00	9:38.00	9:26.00	9:15.00
1500 Free	19:43.50	19:43.50	21:24.27	20:58.59	20:33.41	20:08.75	19:44.57	19:43.50	19:19.83	18:56.63	18:33.90	18:11.62
100 Back	1:34.93	1:30.19	1:21.08	1:19.46	1:17.87	1:16.31	1:14.79	1:11.67	1:10.24	1:08.84	1:07.46	1:06.11
200 Back	3:16.60	3:06.77	2:54.01	2:50.53	2:47.12	2:43.78	2:40.50	2:33.93	2:30.85	2:27.83	2:24.88	2:21.98
100 Breast	1:45.11	1:39.86	1:32.14	1:30.30	1:28.49	1:26.72	1:24.99	1:21.47	1:19.84	1:18.24	1:16.68	1:15.15
200 Breast	3:43.38	3:32.21	3:19.42	3:15.43	3:11.53	3:07.70	3:03.94	2:56.43	2:52.91	2:49.45	2:46.06	2:42.74
100 Fly	1:32.34	1:27.73	1:18.66	1:17.08	1:15.54	1:14.03	1:12.55	1:09.54	1:08.15	1:06.79	1:05.45	1:04.14
200 Fly	3:16.69	3:06.86	2:54.11	2:50.62	2:47.21	2:43.87	2:40.59	2:37.91	2:34.75	2:31.65	2:28.62	2:25.65
200 IM	3:18.04	3:08.14	2:57.89	2:54.33	2:50.84	2:47.43	2:44.08	2:37.32	2:34.18	2:31.09	2:28.07	2:25.11
400 IM	7:02.10	6:41.00	6:15.96	6:08.44	6:01.07	5:53.85	5:46.78	5:37.45	5:30.70	5:24.09	5:17.61	5:11.26

Pointe-Claire Invitational Time Standards												
Filles - Girls (50m)												
Level	11-12		Competition Group B					Competition Group A				
Age	11	12	13	14	15	16	17+	13	14	15	16	17+
50 Free	38.49	36.57	34.59	33.90	33.22	32.56	31.90	30.69	30.08	29.47	28.89	28.31
100 Free	1:24.49	1:20.27	1:15.39	1:13.88	1:12.41	1:10.96	1:09.54	1:06.69	1:05.36	1:04.05	1:02.77	1:01.51
200 Free	3:03.49	2:54.32	2:42.59	2:39.34	2:36.15	2:33.03	2:29.97	2:23.89	2:21.01	2:18.19	2:15.43	2:12.72
400 Free	6:23.89	6:04.70	5:40.89	5:34.07	5:27.39	5:20.84	5:14.43	5:01.59	4:55.56	4:49.65	4:43.85	4:38.18
800 Free	13:26.79	12:46.45	11:31.99	11:18.15	11:04.59	10:51.30	10:38.27	10:20.99	10:08.00	9:56.00	9:44.00	9:32.00
1500 Free	20:20.10	20:20.10	22:03.99	21:37.51	21:11.56	20:46.13	20:21.21	20:20.10	19:55.70	19:31.78	19:08.35	18:45.38
100 Back	1:38.89	1:33.95	1:23.59	1:21.92	1:20.28	1:18.67	1:17.10	1:13.89	1:12.41	1:10.96	1:09.55	1:08.15
200 Back	3:24.79	3:14.55	2:59.39	2:55.80	2:52.29	2:48.84	2:45.46	2:38.69	2:35.52	2:32.41	2:29.36	2:26.37
100 Breast	1:49.49	1:44.02	1:34.99	1:33.09	1:31.23	1:29.40	1:27.62	1:23.99	1:22.31	1:20.66	1:19.05	1:17.47
200 Breast	3:52.69	3:41.06	3:25.59	3:21.48	3:17.45	3:13.50	3:09.63	3:01.89	2:58.25	2:54.69	2:51.19	2:47.77
100 Fly	1:36.19	1:31.38	1:21.09	1:19.47	1:17.88	1:16.32	1:14.80	1:11.69	1:10.26	1:08.85	1:07.47	1:06.13
200 Fly	3:24.89	3:14.65	2:59.49	2:55.90	2:52.38	2:48.94	2:45.56	2:42.79	2:39.53	2:36.34	2:33.22	2:30.15
200 IM	3:26.29	3:15.98	3:03.39	2:59.72	2:56.13	2:52.61	2:49.15	2:42.19	2:38.95	2:35.77	2:32.65	2:29.60
400 IM	7:19.69	6:57.71	6:27.59	6:19.84	6:12.24	6:04.80	5:57.50	5:47.89	5:40.93	5:34.11	5:27.43	5:20.88



Pointe-Claire Invitational Time Standards

Garçons - Boys (25m)

Level	11-12		Competition Group B					Competition Group A				
Age	11	12	13	14	15	16	17+	13	14	15	16	17+
50 Free	35.89	34.10	31.03	30.41	29.80	29.21	28.62	27.44	26.89	26.35	25.83	25.31
100 Free	1:18.23	1:14.32	1:07.89	1:06.53	1:05.20	1:03.90	1:02.62	1:00.13	58.93	57.75	56.59	55.46
200 Free	2:50.77	2:42.24	2:27.72	2:24.77	2:21.87	2:19.03	2:16.25	2:10.75	2:08.13	2:05.57	2:03.06	2:00.60
400 Free	6:00.47	5:42.45	5:14.37	5:08.08	5:01.92	4:55.88	4:49.96	4:38.09	4:32.53	4:27.08	4:21.74	4:16.50
800 Free	12:40.02	12:02.02	10:44.07	10:31.19	10:18.57	10:06.19	9:54.07	9:38.40	9:26.83	9:15.50	9:04.39	8:53.50
1500 Free	18:24.72	18:24.72	20:29.37	20:04.78	19:40.69	19:17.07	18:53.93	18:24.72	18:02.63	17:40.98	17:19.76	16:58.96
100 Back	1:32.92	1:28.27	1:15.94	1:14.42	1:12.93	1:11.48	1:10.05	1:07.21	1:05.87	1:04.55	1:03.26	1:01.99
200 Back	3:12.76	3:03.12	2:44.60	2:41.31	2:38.08	2:34.92	2:31.82	2:25.59	2:22.68	2:19.82	2:17.03	2:14.29
100 Breast	1:42.42	1:37.30	1:25.45	1:23.74	1:22.06	1:20.42	1:18.81	1:15.55	1:14.04	1:12.56	1:11.11	1:09.69
200 Breast	3:35.70	3:24.92	3:05.84	3:02.13	2:58.48	2:54.91	2:51.42	2:44.41	2:41.12	2:37.90	2:34.74	2:31.64
100 Fly	1:30.23	1:25.72	1:13.23	1:11.76	1:10.33	1:08.92	1:07.54	1:04.79	1:03.49	1:02.22	1:00.98	59.76
200 Fly	3:14.01	3:04.31	2:44.11	2:40.83	2:37.62	2:34.46	2:31.37	2:27.14	2:24.20	2:21.31	2:18.49	2:15.72
200 IM	3:16.50	3:06.68	2:46.83	2:43.49	2:40.22	2:37.02	2:33.88	2:27.62	2:24.67	2:21.78	2:18.94	2:16.16
400 IM	6:52.98	6:32.33	5:53.75	5:46.67	5:39.74	5:32.95	5:26.29	5:16.79	5:10.46	5:04.25	4:58.16	4:52.20

Pointe-Claire Invitational Time Standards

Garçons - Boys (50m)

Level	11-12		Competition Group B					Competition Group A				
Age	11	12	13	14	15	16	17+	13	14	15	16	17+
50 Free	37.39	35.52	31.99	31.35	30.72	30.11	29.51	28.29	27.72	27.17	26.63	26.09
100 Free	1:21.49	1:17.42	1:09.99	1:08.59	1:07.22	1:05.87	1:04.56	1:01.99	1:00.75	59.54	58.34	57.18
200 Free	2:57.89	2:49.00	2:32.29	2:29.24	2:26.26	2:23.33	2:20.47	2:14.79	2:12.09	2:09.45	2:06.86	2:04.33
400 Free	6:15.49	5:56.72	5:24.09	5:17.61	5:11.26	5:05.03	4:58.93	4:46.69	4:40.96	4:35.34	4:29.83	4:24.43
800 Free	13:11.69	12:32.11	11:03.99	10:50.71	10:37.70	10:24.94	10:12.44	9:56.29	9:44.36	9:32.68	9:21.22	9:10.00
1500 Free	18:58.89	18:58.89	21:07.39	20:42.04	20:17.20	19:52.86	19:29.00	18:58.89	18:36.11	18:13.79	17:51.91	17:30.48
100 Back	1:36.79	1:31.95	1:18.29	1:16.72	1:15.19	1:13.69	1:12.21	1:09.29	1:07.90	1:06.55	1:05.22	1:03.91
200 Back	3:20.79	3:10.75	2:49.69	2:46.30	2:42.97	2:39.71	2:36.52	2:30.09	2:27.09	2:24.15	2:21.26	2:18.44
100 Breast	1:46.69	1:41.36	1:28.09	1:26.33	1:24.60	1:22.91	1:21.25	1:17.89	1:16.33	1:14.81	1:13.31	1:11.84
200 Breast	3:44.69	3:33.46	3:11.59	3:07.76	3:04.00	3:00.32	2:56.72	2:49.49	2:46.10	2:42.78	2:39.52	2:36.33
100 Fly	1:33.99	1:29.29	1:15.49	1:13.98	1:12.50	1:11.05	1:09.63	1:06.79	1:05.45	1:04.15	1:02.86	1:01.61
200 Fly	3:22.09	3:11.99	2:49.19	2:45.81	2:42.49	2:39.24	2:36.06	2:31.69	2:28.66	2:25.68	2:22.77	2:19.91
200 IM	3:24.69	3:14.46	2:51.99	2:48.55	2:45.18	2:41.88	2:38.64	2:32.19	2:29.15	2:26.16	2:23.24	2:20.38
400 IM	7:10.19	6:48.68	6:04.69	5:57.40	5:50.25	5:43.24	5:36.38	5:26.59	5:20.06	5:13.66	5:07.38	5:01.24