

La **Fédération de nage synchronisée du Québec** sanctionne les épreuves au programme des Jeux du Québec et les règlements de la Fédération, spécifiques aux Jeux du Québec, sont en vigueur.

Ce document comporte les éléments techniques uniquement pour la nage synchronisée. Cependant vous devrez consulter également les **Normes d'opération** (pour tous les sports) qui touchent entre autres les inscriptions, les règles d'admissibilité, les uniformes sur le site Internet de **SPORTSQUÉBEC** ([http://www.jeuxduquebec.com/Normes\\_doperation-fr-29.php](http://www.jeuxduquebec.com/Normes_doperation-fr-29.php)).

## **I. JEUX DU QUÉBEC RÉGIONAUX – NAGE SYNCHRONISÉE**

### **A) PRINCIPALES CATÉGORIES ADMISSIBLES DE LA FÉDÉRATION**

**HIVER 2018 – Sous forme de compétition régionale**

#### **ÉPREUVES INDIVIDUELLES – SOLO ET DUO**

<b>CATÉGORIES</b>	<b>RÉSEAUX</b>	<b>SEXE</b>	<b>ÉPREUVES</b>
9-10 ans	Apprenti	M+F	Solo / Duo
11-12 ans	Apprenti-Aspirant	M+F	Solo / Duo
13-15 ans	Défi-Intermédiaire	M+F	Solo / Duo
16-19 ans	Défi-Intermédiaire	M+F	Solo / Duo

#### **ÉPREUVE D'ÉQUIPE**

<b>CATÉGORIES</b>	<b>RÉSEAUX</b>	<b>SEXE</b>	<b>ÉPREUVE</b>
9-10 ans	Apprenti	M+F	Équipe
11-12 ans	Apprenti-Aspirant	M+F	Équipe
13-15 ans	Défi-Intermédiaire	M+F	Équipe
16-19 ans	Défi-Intermédiaire	M+F	Équipe

**HIVER 2019 – Sous forme de compétition régionale**

#### **ÉPREUVES INDIVIDUELLES – SOLO ET DUO**

<b>CATÉGORIES</b>	<b>RÉSEAUX</b>	<b>SEXE</b>	<b>ÉPREUVES</b>
9-10 ans	Apprenti	M+F	Solo / Duo
11-12 ans	Apprenti-Aspirant	M+F	Solo / Duo
13-15 ans	Défi-Intermédiaire	M+F	Solo / Duo
16-19 ans	Défi-Intermédiaire	M+F	Solo / Duo

#### **ÉPREUVE D'ÉQUIPE**

<b>CATÉGORIES</b>	<b>RÉSEAUX</b>	<b>SEXE</b>	<b>ÉPREUVES</b>
9-10 ans	Apprenti	M+F	Équipe
11-12 ans	Apprenti-Aspirant	M+F	Équipe
13-15 ans	Défi-Intermédiaire	M+F	Équipe
16-19 ans	Défi-Intermédiaire	M+F	Équipe

#### **Notes importantes :**

- La tenue de Jeux du Québec régionaux en 2018 et en 2019 est obligatoire pour le réseau Intermédiaire. Elle est souhaitable mais facultative pour tous les autres réseaux car ils ne participent pas à la Finale provinciale des Jeux du Québec.
- Les athlètes, au premier jour de la Finale provinciale des Jeux du Québec, doivent être âgés d'au minimum 12 ans et d'au maximum 17 ans afin de pouvoir y participer.

**B) AFFILIATION**

Afin de participer aux Jeux du Québec régionaux, les athlètes doivent être affiliés dans une catégorie compétitive avec un club de la région et être en règle avec Synchro Québec.

**II. FINALE DES JEUX DU QUÉBEC - HIVER 2019**

**A) CATÉGORIES**

<b>ÉPREUVES</b>	<b>CATÉGORIE</b>	<b>DATE DE NAISSANCE</b>	<b>RÉSEAU</b>	<b>SEXE</b>
Solo	15 ans et moins	01/01/2004 au 31/12/2006	Intermédiaire	M+F
	17 ans et moins	15/03/2001 au 31/12/2006	Intermédiaire	M+F
Duo	15 ans et moins	01/01/2004 au 15/02/2007	Intermédiaire	M+F
	17 ans et moins	15/03/2001 au 31/12/2006	Intermédiaire	M+F
Équipe	15 ans et moins	01/01/2004 au 15/02/2007	Intermédiaire	M+F

Les athlètes doivent être âgés de 12 ans au 15 février 2019 et au maximum 17 ans au 15 mars 2019 afin de pouvoir y participer conformément à la norme d'opération PF-3.

**B) COMPOSITION DE LA DÉLÉGATION REPRÉSENTANT LA RÉGION**

Maximum : 14 athlètes  
1 entraîneur-chef  
1 ou 2 personnel d'encadrement (entraîneur adjoint et/ou accompagnateur)

Minimum : 1 athlète  
1 entraîneur-chef

**C) SPÉCIFICATIONS POUR LES ENTRAÎNEURS**

Tous les entraîneurs accrédités par l'organisation des Jeux du Québec doivent être affiliés à la Fédération de nage synchronisée du Québec et détenir l'une des certifications identifiées.

Entraîneur-chef :

- Certifié - Compétition-Introduction

Entraîneur adjoint :

- Certifié - Monitrice

Par souci d'équité et de transparence, le processus régional de sélection des entraîneurs et du personnel d'encadrement doit être connu avant la tenue de la finale régionale des Jeux du Québec. Ce processus doit obligatoirement s'assurer de la représentativité des clubs de provenance des athlètes sélectionnés.

**D) AFFILIATION ET MODALITÉ**

Afin de participer aux Jeux du Québec régionaux, les athlètes doivent être affiliés dans une catégorie compétitive avec un club de la région et être en règle avec Synchro Québec.

**E) MODE DE SÉLECTION RÉGIONALE**

Afin d'être admissible à la Finale provinciale des Jeux du Québec, une région doit avoir tenu une compétition régionale durant la saison 2017-18. La compétition devra avoir été sanctionnée par Synchro Québec.

La sélection des membres de la délégation régionale qui participera à la Finale provinciale en 2019 doit se faire à partir des résultats au championnat (50% figures et 50% routine) de la compétition identifiée comme Finale régionale des Jeux du Québec de la région selon les étapes suivantes :

1. Sélectionner les membres de la meilleure équipe 15 ans et moins (excluant les suppléants);
2. Sélectionner le meilleur duo (excluant le suppléant) et le meilleur solo 15 ans et moins;
3. Sélectionner le meilleur duo (excluant le suppléant) et le meilleur solo 17 ans et moins;
4. Si la délégation n'est pas complète, les athlètes suppléants de l'équipe sélectionnée au point 1 pourront se joindre à la délégation (maximum de 2).
5. Si la délégation n'est pas complète, l'athlète suppléant du duo 15 ans et moins sélectionné au point 2 pourra se joindre à la délégation.
6. Si la délégation n'est pas complète, l'athlète suppléant du duo 17 ans et moins sélectionné au point 3 pourra se joindre à la délégation.

**F) ADMISSIBILITÉ**

L'athlète doit avoir participé à la session de figures imposées lors de la finale régionale.

L'athlète doit également être identifié espoir par la Fédération en date du 1<sup>er</sup> décembre 2018, c'est-à-dire prendre part à une épreuve du réseau de compétition Intermédiaire qui inclut une composante technique (épreuve de figures imposées).

**G) LIEU D'APPARTENANCE DE L'ATHLÈTE**

Le lieu d'appartenance de l'athlète sera déterminé selon le lieu de pratique sportive, c'est-à-dire le club avec lequel il est affilié au moment de la finale régionale.

**H) FORMULE DE COMPÉTITION À LA FINALE**

Les épreuves se dérouleront selon la formule préliminaires<sup>(1)</sup>/finales.

La note du championnat sera calculée comme suit : 50% figures imposées / 50% routine.

<sup>(1)</sup> Pour qu'une session de préliminaire ait lieu, il doit y avoir 11 inscriptions ou plus à cette épreuve.

**I) SURCLASSEMENT**

Aucun.

**J) SUBSTITUTION**

Permise.

**K) EXCLUSION**

Pour toutes les épreuves, les athlètes ayant déjà été sélectionnés sur une équipe nationale.

Pour les épreuves de solo et duo, les athlètes ayant déjà participé au réseau Performance.

**L) MÉDAILLES**

Le nombre prévu de médailles distribué lors de la Finale provinciale sera de :

Médailles d'or : 18

Médailles d'argent : 18

Médailles de bronze : 18

Aucune médaille ne sera remise aux entraîneurs.

<b>Catégorie</b>	<b>Épreuves</b>	<b>OR</b>	<b>ARGENT</b>	<b>BRONZE</b>
15 -	Solo	1	1	1
	Duo	3	3	3
	Équipe	10	10	10
17-	Solo	1	1	1
	Duo	3	3	3
<b>TOTAL</b>		<b>18</b>	<b>18</b>	<b>18</b>

**M) SYSTÈME DE POINTAGE**

Le système de pointage qui sera utilisé sera le suivant :

Solo : Point attribué à la première position = 76 / Nombre de point séparant chaque position = 1

Duo : Point attribué à la première position = 57 / Nombre de point séparant chaque position = 1

Équipe : Point attribué à la première position = 400 / Nombre de points séparant chaque position = 20

**N) SYSTÈME DE CLASSEMENT**

Le classement des régions se fait selon le pointage total par région.

---

Pour tout changement à cette norme d'opération, la fédération, le mandataire régional ou le COFJQ doit envoyer sa proposition par écrit à **SPORTSQUÉBEC**. **SPORTSQUÉBEC** se réserve le droit d'accepter ou de refuser la demande.