

Orientations Règlements de compétition Saison 2017-2018

24 septembre 2017

Présenté par Isabelle McCann

Lignes directrices générales

- Synchro Canada tentera de suivre les règlements proposés par la FINA le plus fidèlement possible de façon à éviter la disparité entre les règles nationales et internationales.
- Synchro Québec, dans le même esprit, tentera de suivre les règlements proposés par Synchro Canada.

Modifications

- Retour à la moyenne d'âge en équipe et en combo
 - Idéalement, chaque athlète devrait avoir la possibilité de pratiquer son sport dans son groupe d'âge mais on comprend qu'il y a des situations où ce n'est pas possible ou ce n'est pas approprié pour l'athlète selon les compétences acquises
- Athlètes peuvent toujours nager dans **une catégorie d'âge supérieure.**
- Épreuves de figures selon l'âge des athlètes
- Bandages thérapeutiques (billet médical dont la date **n'excède pas 30 jours**)
- Bracelet médical: bracelet d'au maximum un centimètre de largeur, **surface lisse.**

Appartenance à un réseau

- Dès qu'un athlète a été inscrit ou a participé à une **épreuve d'équipe ou de combo** dans le réseau Performance 13-15 ans, Junior ou Senior au Championnat provincial de sélection, il sera considéré comme un athlète du réseau Performance et devra participer aux épreuves de Solo, Duo, Équipe et Combo exclusivement dans ce réseau.
- Dès qu'un athlète a été inscrit ou a participé à une **épreuve d'équipe** dans une compétition provinciale du réseau Intermédiaire 13-15 ans ou 16-19 ans, il sera considéré comme un athlète du réseau Intermédiaire et devra participer aux épreuves de Solo, Duo, Équipe et Combo exclusivement dans ce réseau.
- Dès qu'un athlète a été inscrit ou a participé à une **épreuve d'équipe** dans une compétition provinciale du réseau 11-12 ans Aspirant, il sera considéré comme un athlète du réseau Aspirant et devra participer aux épreuves de Solo, Duo et Équipe exclusivement dans ce réseau.

Réseau Apprenti vs Aspirant

- Réseau Apprenti devrait être un réseau **10 ans et moins**.
- Réseau Aspirant devrait être un réseau **11-12 ans**.
- Pour des raisons d'accessibilité au sport, de réalités locales, etc.: les athlètes de 11 ans et plus peuvent participer au réseau Apprenti (entrée tardive dans le sport par exemple).
 - Athlètes de 10 ans et moins participent au réseau Apprenti
 - Athlètes de 11 et plus qui en sont à leur première et/ou deuxième année compétitive peuvent participer au réseau Apprenti (en parallèle avec les 2 années Novice dans le temps).
 - En équipe, une équipe Apprenti peut compter un maximum de 50% d'athlètes reconnues comme des athlètes du réseau Aspirant en routines individuelles.
- Mise en place complète en 2018-2019 du programme destiné aux athlètes du stade de développement « Apprendre à s'entraîner » permettra de clarifier encore plus les différences entre les deux réseaux.

Réseaux multiples

- Un athlète membre d'une équipe du réseau Intermédiaire peut participer aux épreuves individuelles (solo et duo) du réseau Performance tout en continuant de participer à l'épreuve d'équipe du réseau Intermédiaire. Cet athlète sera considéré comme un athlète du réseau Performance en routines individuelles (solo et duo) seulement.
- Un athlète membre d'une équipe du réseau Défi peut participer aux épreuves individuelles (solo et duo) du réseau Intermédiaire tout en continuant de participer à l'épreuve d'équipe du réseau Défi. Cet athlète sera considéré comme un athlète du réseau Intermédiaire en routines individuelles (solo et duo) seulement.
- Un athlète membre d'une équipe du réseau Apprenti peut participer aux épreuves individuelles (solo et duo) du réseau Aspirant tout en continuant de participer à l'épreuve d'équipe du réseau Apprenti. Cet athlète sera considéré comme un athlète du réseau Aspirant en routines individuelles (solo et duo) seulement.

Réseau Apprenti

	9-10 ans	11-12 ans
Affiliation	15 octobre 2017	15 octobre 2017
Années de naissance	2008-2009	2006-2007
Stade du DLTA	Apprendre à s'entraîner	Apprendre à s'entraîner

Certification entraîneurs	Monitrice	Monitrice
Certification officiels	Novice ou plus	Novice ou plus

Nombre de routines permis	2	2
---------------------------	---	---

Réseau Apprenti

○ Habiletés au sol

- Position allongée sur le dos (2 RM)
- Jambe de ballet au sol
- Position du pont
- Position allongée sur le ventre au sol
- Extension des épaules (bâton)
- Aiguille – Jambe droite
- Aiguille – Jambe gauche
- Position du carpé arrière (Barracuda)
- Rotation ariane

○ Épreuves de vitesse

- Battements de jambes sur le ventre
- Hélice
- Style libre (crawl) – 11-12 ans seulement

Document de référence:
Phase 2 – Compétitions significatives
produit par Synchro Canada

Réseau Apprenti

○ Positions de base

- Position grand écart – jambe droite
- Position du carpé avant
- Position queue de poisson
- Position jambe de ballet

○ Transitions de base

- Monter une jambe de ballet
- 2^e partie de la figure « Bourgeon »
 - De la position grand écart jusqu'à la fin
- 1^{re} partie de la figure « Saut périlleux sous-marin »
 - Du début jusqu'à la position jambe de ballet double sous-marine
- De la position queue de poisson prendre la position verticale jambe pliée (portion centrale de Neptune)

Réseau Apprenti

- Groupe obligatoire
 - Jambe de ballet
 - Bourgeon
 - Groupe 2
 - Saut périlleux arrière groupé
 - Neptune
 - Groupe 3
 - Crevette de surface
 - Saut périlleux sous-marin
- Pige du groupe optionnel 2 semaines avant la Coupe Jeunesse
 - L'autre groupe optionnel sera celui de la Coupe du Président.

Document de référence:

- Manuel de la FINA pour les entraîneurs et les officiels 2017-2021
- Règlements FINA

Réseau Apprenti

- Catégories d'âge sont déterminées:
 - Figures = âge de l'athlète (cet âge qui sera utilisé pour les habiletés et les épreuves de vitesse)
 - Solo = âge de l'athlète
 - Duo / Duo mixte = âge de l'athlète le plus âgé (incluant le substitut)
 - Équipe = moyenne d'âge des athlètes (incluant le/les substitut(s))
- On fait TOUJOURS référence à « l'âge synchro », c'est-à-dire l'âge au 31 décembre 2018 pour la saison de compétition actuelle.
- Pour les athlètes de 13 ans et plus dans ce réseau, on maintient les restrictions de l'an dernier: ils ne peuvent pas participer aux épreuves de solo/duo et ils ne sont pas admissibles aux récompenses lors de l'épreuve de figures imposées.

Réseau Apprenti

○ Durée des routines

	9-10 ans	11-12 ans
Solo	1:15	1:15
Duo / Duo mixte	1:45	1:45
Équipe	2:15	2:15

○ Moments forts

	9-10 ans	11-12 ans
Duo Duo mixte	Action jointe/connectée Poussées interdites	Action jointe/connectée Poussées interdites
Équipe	Patron en flottaison (float) Poussées interdites	Patron en flottaison (float) Poussées sont interdites

Réseau Apprenti

- Calcul de la note de routine

	Exécution	Synchronisation	Artistique
Solo	60 %	10 %	30 %
Duo / Duo mixte	50 %	30 %	20 %
Équipe	50 %	30 %	20 %

Calcul de la note de championnat: 50 % figures / 50 % routines

* Ou encore selon FINA addition des 2 résultats pour un maximum de 200 points.

Réseau Apprenti

- La Coupe Jeunesse qualifie les athlètes pour la Coupe du Président

	9-10 ans	11-12 ans
Solo	15	10
Duo	15	10
Duo mixte	15	10
Équipe	ouvert	ouvert

Réseau Défi

	13-15 ans	16-19 ans
Affiliation	15 octobre 2017	15 octobre 2017
Années de naissance	2003-2005	1999-2002
Stade du DLTA	<i>Apprendre à s'entraîner</i>	<i>Apprendre à s'entraîner</i>

Certification entraîneurs	Monitrice	Monitrice
Certification officiels	1	1

Nombre de routines permis	2	2
---------------------------	---	---

Réseau Défi

○ Compétition de novembre

- Monter une jambe de ballet
- Sortie promenade avant
- Position queue de poisson à la position verticale suivi de la descente
- FINA 301 Barracuda

○ Autres compétitions

- Jambe de ballet
- Barracuda vrille 180°
- Pylône
- Promenade avant

Toutes les athlètes doivent prendre part à l'épreuve de figures imposées !

Réseau Défi

- Catégories d'âge sont déterminées:
 - Figures = âge de l'athlète (cet âge qui sera utilisé pour les habiletés et les épreuves de vitesse)
 - Solo = âge de l'athlète
 - Duo / Duo mixte = âge de l'athlète le plus âgé (incluant le substitut)
 - Équipe = moyenne d'âge des athlètes (incluant le/les substitut(s))
- On fait TOUJOURS référence à « l'âge synchro », c'est-à-dire l'âge au 31 décembre 2018 pour la saison de compétition actuelle.

Réseau Défi

○ Durée des routines

	13-15 ans	16-19 ans
Solo	1:45	1:45
Duo / Duo mixte	2:15	2:15
Équipe	3:00	3:00

○ Moments forts

	13-15 ans	16-19 ans
Duo Duo mixte	Action jointe/connectée Poussées: aucune restriction	Action jointe/connectée Poussées: aucune restriction
Équipe	Patron en flottaison (float) Poussées plateforme ou pyramide Poussées éjectées = interdites	Patron en flottaison (float) Poussées plateforme ou pyramide Poussées éjectées = interdites

Réseau Défi

- Calcul de la note de routine (NON OFFICIEL)

	Exécution	Artistique	Difficulté
Solo	30 %	40 %	30 %
Duo / Duo mixte	30 %	40 %	30 %
Équipe	30 %	40 %	30 %

Calcul de la note de championnat: 50 % figures / 50 % routines

* Ou encore selon FINA addition des 2 résultats pour un maximum de 200 points.

Réseau Défi

- La Compétition de qualification de chacune des divisions qualifie les athlètes pour les Jeux de Synchro Québec

	13-15 ans	16-19 ans
Solo	15	10
Duo	15	10
Duo mixte	15	10
Équipe	ouvert	ouvert

Réseau Intermédiaire

	13-15 ans	16-19 ans
Affiliation	15 octobre 2017	15 octobre 2017
Années de naissance	2003-2005	1999-2002
Stade du DLTA	S'entraîner à s'entraîner	S'entraîner à s'entraîner

Certification entraîneurs	Compétition-Introduction	Compétition-Introduction
Certification officiels	1 ou plus	1 ou plus

Nombre de routines permis	4	4
---------------------------	---	---

Réseau Intermédiaire

○ Transitions de base (novembre)

- 1
- 2
- 3
- 4

○ Figures (janvier/février)

- 1
- 2
- 3
- 4

Attend la mise à jour du document des compétitions significatives de Synchro Canada. Fin septembre (vendredi prochain), est la date limite: nous proposerons nos propres transitions et figures pour ces compétitions si nous n'avons rien reçu.

Réseau Intermédiaire

- Groupe obligatoire
 - Ariana
 - Rio (mais avec vrille de 180°)
 - Groupe 1
 - Jupiter
 - Oceanea
 - Groupe 2
 - Albatros ½ tour
 - Queue d'espadon
 - Groupe 3
 - Marsouin vrille continue de 360°
 - Mouette
- Pige du groupe optionnel pour les compétitions de qualification en mars sera effectuée le 16 février 2018.
 - Pige du groupe optionnel 2 semaines avant le Championnat Québécois.

Réseau Intermédiaire

- Catégories d'âge sont déterminées:
 - Figures = âge de l'athlète (cet âge qui sera utilisé pour les habiletés et les épreuves de vitesse)
 - Solo = âge de l'athlète
 - Duo / Duo mixte = âge de l'athlète le plus âgé (incluant le substitut)
 - Équipe = moyenne d'âge des athlètes (incluant le/les substitut(s))
 - Combo = moyenne d'âge des athlètes (incluant le/les substitut(s))
- On fait TOUJOURS référence à « l'âge synchro », c'est-à-dire l'âge au 31 décembre 2018 pour la saison de compétition actuelle.

Réseau Intermédiaire

○ Durée des routines

	13-15 ans	16-19 ans
Solo	2:15	2:15
Duo / Duo mixte	2:45	2:45
Équipe / Combo	3:30	3:30

○ Moments forts

	13-15 ans	16-19 ans
Duo / Duo mixte	Aucune restriction	Aucune restriction
Équipe	Aucune restriction	Aucune restriction

Réseau Intermédiaire

- Calcul de la note de routine (NON OFFICIEL)

	Exécution	Artistique	Difficulté
Solo	30 %	40 %	30 %
Duo / Duo mixte	30 %	40 %	30 %
Équipe	30 %	40 %	30 %

Calcul de la note de championnat: 50 % figures / 50 % routines

* Ou encore selon FINA addition des 2 résultats pour un maximum de 200 points.

Réseau Intermédiaire

- La Compétition de qualification de chacune des divisions qualifie les athlètes pour le Championnat Québécois

	13-15 ans	16-19 ans
Solo	10+*	10
Duo	10+*	10
Duo mixte	10+*	10
Équipe	ouvert	ouvert
Combo	ouvert	ouvert

* Sera ajoutée au quota une routine par région de Jeux du Québec non représentée.

Jeux du Québec 2019 / Non-officiel

- Même modèle que pour l'édition 2017
- EXCEPTION du surclassement qui ne sera plus autorisé