



COUPE DU QUÉBEC



LIEU

LOCATION

PEPS – 2300, rue de la Terrasse
Québec, QC G1V 0A6

INSTALLATIONS

2 bassins de 10 couloirs, 25m
2 10-lane pool, 25m
bassin de déngagement 6 couloirs, 25m
6-lane warm-up pool, 25m

DATE LIMITE D'INSCRIPTION

ENTRY DEADLINE

17 novembre 2025 à 23 h 59
November 17th, 2025 at 11:59 p.m.

28 au 30 novembre 2025
November 28 to 30, 2025



COMITÉ ORGANISATEUR/ORGANIZING COMMITTEE

Direction de rencontre/Meet Manager : André Bélisle competition@cnq.club

Gestionnaire d'événement provincial/Provincial Manager : Jonatan Lacharité jo_lacharite@videotron.ca

Responsable des inscriptions/Registration : Normand Boily normand.boily.1@ulaval.ca

Responsable des officielles et officiels/Officials : Nicolas Légaré officiels@cnq.club

Lien vers l'inscription des officielles et officiels/Officials sign-up : [Formulaire d'inscription- Coupe du Québec #1](#)

Réunion des entraîneures et entraîneurs/Technical meeting : Mardi 25 novembre 2025 à 20 h

Lien vers la réunion : [Cliquez ici pour joindre la réunion](#)

INFORMATIONS SUR LA COMPÉTITION

ENTRAÎNEMENT PRÉCOMPÉTITION

Jeudi 27 novembre	16 h à 19 h
-------------------	-------------

ACCREDITATION

Afin d'accéder au bassin de compétition, tous les athlètes, les entraîneurs et entraîneuses et le personnel de soutien devront être en possession d'une carte d'accréditation en tout temps. Le bureau de l'accréditation sera ouverte:

- Jeudi 27 novembre : 15 h 50 à 18 h 30
- Durant les périodes d'échauffement du vendredi (AM et PM) et samedi (AM et PM) **seulement**

RÈGLEMENTS

La Coupe du Québec est sanctionnée par la Fédération de natation du Québec (FNQ).

Les compétitions sanctionnées au Québec doivent respecter les règlements et les procédures suivants :

- Règlements de natation et paranatation de 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/>
- Guide technique de la FNQ : <https://fnq.ca/competitions/structure-competitive/#guides-techniques>

Départs

- Les départs se feront à partir des plots de départ selon World Aquatics II.1.4 et II.16.1.4.1

ADMISSIBILITÉ DES CLUBS

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

MEET INFORMATION

PRE-MEET TRAINING SESSION

Thursday, November 27	4 to 7 p.m.
-----------------------	-------------

ACCREDITATION

To access the competition pool, all swimmers, coaches and support staff must always have an accreditation card. The accreditation desk will be open:

- Thursday, November 27: 3:30 to 7:30 p.m.
- During the warm-up sessions on Friday (AM & PM) and Saturday (AM & PM) **only**

RULES

The Coupe du Québec is sanctioned by la Fédération de natation du Québec (FNQ).

Competitions sanctioned in Quebec must comply with the following regulations and procedures:

- Swimming rules of Swimming Canada: <https://www.swimming.ca/rules-and-forms/>
- Pool swimming safety regulations (French only): <https://fnq.ca/clubs-et-regions/reglements-de-securite/>
- Swimming Canada competition warm-up safety procedures: <https://www.swimming.ca/rules-and-forms/>
- FNQ technical guide (French only): <https://fnq.ca/competitions/structure-competitive/#guides-techniques>

Starts

- Starts will be conducted from Starting Platforms as per World Aquatics II.4.1 and II.16.1.4

CLUB ELIGIBILITY

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

Conformément au Règlement de sécurité de la natation en bassin : afin qu'un club québécois puisse participer à la Coupe du Québec, l'entraîneure-chef ou l'entraîneur-chef doit avoir obtenu le statut « certifié » d'une des formations suivantes avant le début de la compétition :

- Natation 201 – Entraîneur groupe d'âge
- Natation 301 – Entraîneur senior

Mesure d'exception : Cette règle ne s'applique pas dans le cas où l'entraîneure-chef ou l'entraîneur-chef est dans sa première année dans ce rôle.

ADMISSIBILITÉ DES ATHLÈTES

Les athlètes doivent être inscrits conformément comme membre dans une catégorie compétitive à la FNQ (ex : un athlète ayant le statut « besoin d'information » n'est pas un athlète inscrit conformément dans la base de données de Natation Canada).

Les athlètes affiliés à des clubs de l'extérieur du Québec (non-membres de la FNQ) doivent être inscrits compétitifs auprès de leur propre fédération provinciale/nationale.

Les athlètes affiliés avec le statut « sans-attache » à la suite d'une procédure de transfert pourront compétitionner dans la Coupe du Québec avec le club vers lequel ils sont en attente de transfert. Toutefois, ils ne pourront remporter aucun point pour un club.

ADMISSIBILITÉ DES ENTRAÎNEUR(E)S

Chaque entraîneure ou 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 une entraîneure ou un entraîneur exclusivement dédié à sa fonction d'entraîneur durant une compétition.

À moins de mesure d'exception détaillée dans le Règlement de sécurité de la natation en bassin, chaque club québécois doit avoir en tout temps sur le bord du bassin une entraîneure ou un entraîneur de statut « certifié » minimalement de la formation Natation 201 – Entraîneur groupe d'âge.

In accordance with the Pool swimming safety regulations: for a Québec club to participate in the Coupe du Québec the head coach must have obtained the “certified” status of one of the following courses before the start of the competition:

- Swimming 201 – Age Group Coach
- Swimming 301 – Senior Coach

Exception: The rule does not apply if the head coach is in their first year as a head coach.

SWIMMER ELIGIBILITY

Swimmers must be registered as a member in a competitive category with the FNQ (e.g. a swimmer with a “confirm account” status in the Swimming Canada database is not a registered swimmer).

Swimmers affiliated to teams from outside of the province of Québec (not affiliated to the FNQ) must be registered as competitive athletes with their provincial/national federation.

Swimmers affiliated with the “unattached” status following a transfer procedure will be able to compete in the Coupe du Québec with the club to which they are awaiting transfer. However, they will not be able to earn any points for the club.

COACH ELIGIBILITY

All coaches participating in a competition must be a member in good standing of the FNQ or of their own Provincial/National Federation.

All clubs must have a coach exclusively dedicated to their coaching function during the competition.

Unless an exception is made, as detailed in the Pool swimming safety regulations, all clubs in Québec must always have a certified coach at the Swimming 201 – Age Group Coach level minimum on the pool deck.

CRITÈRES DE QUALIFICATION

CATÉGORIE D'ÂGE

Ouvert

Aucune catégorie spécifique à la parnatation

PÉRIODE DE QUALIFICATION

La période de qualification est du **1^{er} septembre 2023 au 17 novembre 2025**.

CRITÈRES DE QUALIFICATION

Avoir réalisé au moins 1 temps de qualification Coupe du Québec.

Toutes les inscriptions à des épreuves individuelles doivent être faites avec des temps prouvés effectués durant la période de qualification, lors d'une compétition sanctionnée par la FNQ (ou un organisme affilié à la World Aquatics).

Les preuves de temps sont exigées au moment de l'envoi des inscriptions. Seuls les temps de passage ayant fait l'objet d'une demande de temps de passage officiel sont acceptés. Les temps de passage affichés dans Swimrankings ne sont pas des preuves de temps acceptables.

L'âge d'un athlète est déterminé selon son âge au premier jour de la compétition.

ÉPREUVES PAR ATHLÈTE

Les athlètes peuvent s'inscrire à toutes les épreuves pour lesquelles ils ont le temps de qualification **jusqu'à un maximum de 7 épreuves individuelles par athlète**.

Épreuves bonus

5 épreuves bonus pourront s'ajouter aux épreuves inscrites avec temps de qualification A.

3 épreuves bonus pourront s'ajouter aux épreuves inscrites avec les temps de qualification B.

- Les 400m/800m/1500m libre et le 400m QNI ne sont pas accessibles comme épreuves bonus pour les athlètes de qualification B.
- Les relais ne sont pas considérés comme épreuves bonus.

QUALIFICATION CRITERIA

AGE CATEGORY

Open

No specific paralympic category

QUALIFICATION PERIOD

The qualification period is from **September 1, 2023, to November 17, 2025**.

QUALIFICATION CRITERIA

Have achieved at least 1 Coupe du Québec qualifying time.

All entries to individual events must be made with a proven time achieved during the qualification period, in a competition sanctioned by the FNQ (or a World Aquatics affiliated organization).

Proof of time is required when submitting registrations. Only official split times for which an official split time request has been made are accepted. The split times displayed in Swimrankings are not acceptable proof of time.

An athlete's age is determined based on their age on the first day of competition.

EVENTS PER SWIMMER

Athletes can swim all events for which they have the qualifying standard **up to a maximum of 7 individual events per athlete**.

Bonus events

5 bonus events may be added to the events entered with qualifying A times.

3 bonus events may be added to the events entered with qualifying B times.

- The 400m, 800m and 1500m freestyle and the 400m IM are not accessible as bonus events for swimmers with **qualifying B times**.
- Relays are not considered a bonus event

ÉPREUVES DE RELAIS

- Les relais se nageront senior et en finale contre-la-montre.
- L'athlète sera autorisé à participer à un seul relais par jour.

FORMAT DE LA COMPÉTITION

- Tous les temps soumis en 50m seront convertis par le COMITÉ ORGANISATEUR (linéaire 2 %).
- Les préliminaires se nageront senior, du plus lent au plus rapide.
- **400m libre et 400m QNI** : Épreuves finales contre-la-montre avec les 3 séries les plus rapides, selon le temps d'inscription, qui nageront durant la session des finales.
- 800m et 1500m libre : Épreuves finales contre-la-montre. Les athlètes ne peuvent pas nager les deux. Ces épreuves se nageront du plus rapide au plus lent, en alternance femmes/hommes.
- La série la plus rapide selon le temps d'inscription femmes et hommes du **1500m libre** nagera durant la session des finales.
- Toutes les épreuves de 50m (préliminaires et finales) se nageront lors des finales du samedi soir. Les finales seront séparées des préliminaires par les séries rapides de 1500m libre et la finale du 200m QNI.
- Aucun essai de temps ou épreuve nagée hors-concours ne sera autorisé (sauf sur approbation de la Direction technique de la FNQ, notamment sur recommandation de Natation Canada).
- Le règlement 3.1.1.1 ne s'applique pas : toutes les épreuves se nageront en préliminaires et en finales peu importe le nombre d'inscriptions.
- Des séries de débordements seront créées à la fin des préliminaires si jugé nécessaire pour le bon déroulement des sessions.

DISPOSITIFS DE DÉPART AU DOS

Des dispositifs de départ au dos seront disponibles. Les nageurs sont responsables de les ajuster.

FINALES

Les finales se dérouleront de la façon suivante :

- FINALE A : Ouverte à tous
- FINALE B (JUNIOR) : Réservée aux 17 ans et moins

RELAY EVENTS

- Relays will be swum open and as timed finals.
- Swimmers are allowed to take part in only one relay per day.

MEET FORMAT

- All times submitted in LC (50m) will be converted by the ORGANIZING COMMITTEE (linear 2%).
- Heats will be senior seeded, swam slowest to the fastest.
- The **400m freestyle and the 400m IM** are timed finals with the 3 fastest seeded heats per entry time, who will swim during the finals.
- **800m and 1500m freestyle** are timed finals. Athletes can't swim both. These events will be swum, from fastest to slowest, alternating women/men.
- The women and men fastest seeded heat per entry time in the **1500m freestyle** will swim during the finals.
- All 50m events (heats and finals) will be swum Saturday evening. The finals will be separated from the heats by the fastest heat of the 1500m freestyle and the 200 IM finals.
- No time trials will be permitted or N.T. events will be swum (except with the approval of the Technical Direction of the FNQ, on the recommendation of Swimming Canada).
- 3.1.1.1 rule does not apply: all events will be swum in preliminaries and finals regardless of the number of entries.
- Overflow heats will be created at the end of the preliminaries if deemed necessary for the smooth running of the sessions.

BACKSTROKE LEDGES

Backstroke ledges will be available for use. Swimmers shall be responsible for setting the device.

FINALS

The finals will take place as follows:

- FINAL A: Open to all swimmers
- FINAL B (JUNIOR): Reserved for 17 years and under

- FINALE C : Ouverte à tous
- Il y aura des finales A, B et C pour toutes les épreuves de 100m et 200m.
- Il y aura des finales A seulement pour le 50m papillon, 50m dos, 50m brasse et 50m libre.
- Le nombre de nageurs hors-province en finale n'est pas contingenté.
- Toutes les finales prévues au programme auront lieu, s'il y a au moins un nageur qualifié.

SALLE D'APPEL

- Il y aura une salle d'appel lors des finales pour toutes les épreuves
- Tous les nageurs finalistes et substitués doivent se présenter à la salle d'appel au moins 2 séries avant leur départ (ou 15 minutes avant l'heure planifiée de leur départ)
- Tous les finalistes et les substitués devront rester dans la salle d'appel une fois qu'ils auront donné leur présence.
- **Les présences officielles seront prises 1 série avant le départ.**

PÉNALITÉ EN CAS D'ABSENCE À LA SALLE D'APPEL

- Tout finaliste qui n'est pas présent dans la salle d'appel au moment de la prise des présences officielles sera considéré comme un forfait tardif et sera immédiatement remplacé par un substitut.
- Une fois le substitut appelé, il ne sera pas possible pour le finaliste de réintégrer sa finale.

FORMULAIRE DE DEMANDE SPÉCIALE DE RETARD

- Les finalistes qui ne seraient pas en mesure de se présenter à temps à la salle d'appel en raison d'un délai trop court entre leurs épreuves devront compléter le formulaire au moins 30 minutes avant le début de la session des finales.
- Une liste des nageurs concernés sera produite mais n'exempte pas de l'obligation de remplir le formulaire.

- FINAL C: Open to all swimmers
- There will be A, B and C finals for all 100m and 200m events.
- There will be an A final only for the 50m butterfly, 50m backstroke, 50m breaststroke and 50m freestyle.
- There is no limit on the number of out-of-province swimmers per final.
- All the finals will be held if there is at least one qualified swimmer.

CALL ROOM

- There will be a call room during the finals for all events
- All finalists and alternates must report to the call room at least 2 heats before their start (or 15 minutes before their scheduled start time).
- All finalists and alternates will remain in the call room once they have registered their attendance.
- **Official attendance will be taken 1 heat before the start**

PENALTY FOR ABSENCE FROM THE CALL ROOM

- Any finalist who is not present in the call room at the time of official attendance will be considered a late scratch and will be immediately replaced by an alternate.
- Once the alternate is called; the finalist will not be able to return to their final.

SPECIAL CALL ROOM DELAY REQUEST FORM

- Finalists who are unable to be present at the call room on time due to a short delay between their events must complete the form at least 30 minutes before the start of the finals session.
- A list of swimmers concerned will be produced but doesn't exempt from the obligation to fill out the form.

PROGRAMME/EVENT PROGRAM

SESSIONS DU MATIN/MORNING SESSIONS								
ÉCHAUFFEMENTS/WARMUP : 7:30 am - 8:20 am - DÉBUT/START : 8:30 am								
Vendredi 28 novembre 2025/Friday November 28, 2025			Samedi 29 novembre 2025/Saturday November 29, 2025			Dimanche 30 novembre 2025/Sunday November 30, 2025		
F/W	Épreuve/Event	H/M	F/W	Épreuve/Event	H/M	F/W	Épreuve/Event	H/M
1	400m QNI/IM (SL/SH)	2	11	800m libre/free		25	400m libre/free (SL/SH)	26
3	200m libre/free	4		1500m libre/free (SL/SH)	12	27	200m papillon/fly	28
5	100m dos/back	6	13	200m QNI/IM	14	29	100m brasse/breast	30
7	200m brasse/breast	8	15	1500m libre/free (SL/SH)		31	200m dos/back	32
9	100m papillon/fly	10		800m libre/free	16	33	100m libre/free	34
SESSIONS DE L'APRÈS-MIDI/AFTERNOON SESSIONS								
ÉCHAUFFEMENTS/WARMUP : 3:30 pm - 4:20 pm DÉBUT/START : 4:30 pm			ÉCHAUFFEMENTS/WARMUP : 3:00 pm - 3:50 pm DÉBUT/START : 4:00 pm			ÉCHAUFFEMENTS/WARMUP : 3:30 pm - 4:20 pm DÉBUT/START : 4:30 pm		
F/W	Épreuve/Event	H/M	F/W	Épreuve/Event	H/M	F/W	Épreuve/Event	H/M
1	400m QNI/IM (SR/FH)	2	17	50m libre/free	18	25	400m libre/free (SR/FH)	26
3	200m libre/free	4	19	50m brasse/breast	20	27	200m papillon/fly	28
5	100m dos/back	6	21	50m dos/back	22	29	100m brasse/breast	30
7	200m brasse/breast	8	23	50m papillon/fly	24	31	200m dos/back	32
9	100m papillon/fly	10	15	1500m libre/free (SR/FH)		33	100m libre/free	34
			13	200m QNI/IM	14			
				1500m libre/free (SR/FH)	12			
			17	50m libre/free*	18			
			19	50m brasse/breast*	20			
			21	50m dos/back*	22			
101	4 x 50m libre/free	102	23	50m papillon/fly*	24	201	4 x 50m QNI/IM	202

(SL/SH) séries lentes/slowest heats

(SR/FH) séries rapides/fastest heats

* Finale A seulement

FORFAITS (ÉPREUVES INDIVIDUELLES ET RELAIS) – ITEMFACE SEULEMENT

	Sessions matin	Sessions après-midi
Vendredi 28 novembre 2025	18h – jeudi 27 novembre	30 minutes après la fin du 100m papillon
Samedi 29 novembre 2025	18h – vendredi 28 novembre *incluant les séries rapides des 1500m nagés en après-midi	200m QNI et préliminaires des 50m : 30 minutes après la fin du 200m QNI 50m en finales : 30 minutes après le 50m papillon
Dimanche 30 novembre 2025	18h – samedi 29 novembre	30 minutes après la fin du 100m libre

SCRATCH DEADLINES (INDIVIDUAL AND RELAY EVENTS) – ITEMFACE ONLY

	Morning sessions	Afternoon sessions
Friday November 28, 2025	6 p.m. – Thursday November 27	30 minutes after the end of the 100m butterfly
Saturday November 29, 2025	6 p.m. – Friday November 28 *including the fastest heats of the 1500m free in the afternoon	200m IM and Heats of 50m: 30 minutes after the end of the 200m IM 50m in Finals : 30 minutes after the end of the 50m fly
Sunday November 30, 2025	6 p.m. – Saturday November 29	30 minutes after the end of the 100m free

PÉRIODE DE MODIFICATIONS DES RELAIS

Les noms des membres d'une équipe de relais ainsi que l'ordre de départ doivent être inscrits avant la fin de la période de forfaits de la session concernée; les modifications aux noms et à l'ordre sont possibles jusqu'à 30 minutes avant le début de la session.

RELAY MODIFICATION PERIOD

The names of the members of a relay team as well as the starting order must be registered before the end of the forfeit period of the session concerned; changes to the names and order are possible up to 30 minutes before the start of the session.

PÉNALTÉS

- Une pénalité de **25 \$** sera appliquée pour tout forfait non déclaré dans la période autorisée, **tant en préliminaires qu'en finales**
- La même pénalité sera appliquée pour tout nageur qui ne terminerait pas sa course sans raison valable.
- Le comité organisateur enverra une facture à tous les clubs ayant des pénalités dans les jours suivant la compétition.

PENALTIES

- A penalty of **\$25** will be applied for any not declared scratch within the authorized period, **both in preliminaries and finals**
- The same fine will be charged to any swimmer who has an unexcused incomplete swim.
- The organizing committee will send an invoice to all clubs with penalties in the days following the meet.

*Un non-paiement de la facture des pénalités pourrait compromettre la participation du club à une prochaine Coupe ou Championnat.

*Failure to pay the fine could compromise the club's participation in a future Cup or Championship.

TEMPS DE PASSAGE OFFICIEL

Les demandes de temps de passage comme temps officiel devront être faites au bureau de l'administration au plus tard au début de la session où se nage l'épreuve en question.

RÉSULTATS, CLASSEMENT ET RÉCOMPENSES

RÉSULTATS

Les résultats en direct seront disponibles en ligne et via l'application SplashMe.

POINTAGE

Épreuves individuelles :

FINALE A : 60-56-52-50-49-48-47-46-45-44

FINALE B (réservée aux Juniors – 17 ans et moins) :

40-36-32-30-29-28-27-26-25-24

FINALE C : 20-16-12-10-9-8-7-6-5-4

Épreuves de 50m et relais: 60-56-52-50-49-48-47-46-45-44

Épreuves finales contre la montre :

Les 30 premières positions au classement final, par genre, sans égard à l'âge :

60-56-52-50-49-48-47-46-45-44-40-36-32-30-29-28-27-26-25-24-20-16-12-10-9-8-7-6-5-4

RÉCOMPENSES

Les 3 premiers athlètes au classement final* de chaque épreuve individuelle, par genre, récolteront respectivement les points suivants : 5, 2, 1.

*Finale A ou classement général pour les épreuves finales contre-la-montre.

- Après compilation de tous les résultats individuels, les 3 athlètes de chaque genre qui auront récolté le plus de points remporteront une bourse :
 - 1^{re} position : 300 \$
 - 2^e position : 200 \$
 - 3^e position : 100 \$
- Une bourse de 300 \$ sera remise à un athlète junior (17 ans et moins), par genre, ayant récolté le plus de points World Aquatics en additionnant ses 2 meilleures performances dans 2 épreuves différentes.

OFFICIAL SPLIT TIME

Requests for official split times must be made at the administration desk, no later than the start of the session in which the event will be swum.

RESULTS, RANKING AND AWARDS

RESULTS

The results will be available online and on the SplashMe app.

POINTS

For individual events:

FINAL A: 60-56-52-50-49-48-47-46-45-44

FINAL B (reserved for junior – 17 years and younger):

40-36-32-30-29-28-27-26-25-24

FINAL C: 20-16-12-10-9-8-7-6-5-4

For 50m and relay events: 60-56-52-50-49-48-47-46-45-44

Time finals events:

Top 30 final ranking, per gender, regardless of age:

60-56-52-50-49-48-47-46-45-44-40-36-32-30-29-28-

27-26-25-24-20-16-12-10-9-8-7-6-5-4

AWARDS

The top 3 ranked athletes of each individual event*, by gender, will respectively collect the following points: 5-2-1.

*A Final or overall classification for the final time events.

- After compilation of all individual results, the top 3 athletes, per gender, with the highest points, will receive the following prize money:
 - 1st position: \$300
 - 2nd position: \$200
 - 3rd position: \$100
- A \$300 prize money will be awarded to one junior athlete (17 years and under), per gender, who has collected the most World Aquatics points when adding their top 2 performances in 2 different events.

PROCÉDURE D'INSCRIPTION

INSCRIPTION

Le fichier des épreuves est disponible sur le site de Natation Canada :

<https://www.swimming.ca/fr/events-results-hub/upcoming-meets/>

Toutes les inscriptions devront OBLIGATOIREMENT être soumises via le système d'inscription de REMS en ligne. Pour obtenir des instructions détaillées sur la procédure à suivre, veuillez consulter le [guide d'utilisation du REMS](#).

Il est de la responsabilité du club de vérifier la validité des données avant de déposer les inscriptions.

DATE LIMITE D'INSCRIPTION

17 novembre 2025 à 23 h 59

FRAIS D'INSCRIPTION

17,60 \$ (taxes incluses) de frais de participation par athlète

99,40 \$ (taxes incluses) par athlète incluant toutes les épreuves individuelles et de relais

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

Le paiement se fait par chèque à l'ordre de CNQ ou par transfert Interac en suivant les étapes suivantes :

- Ajouter le CNQ à votre liste en cliquant « Ajouter CNQ »
- Le mode de virement sera par courriel : administration@cnq.club
- Peu importe la question que vous choisissez, la réponse doit être : CNQ
- Dans la section « raison » ou « message », inscrire le « nom complet du club »

INSCRIPTION TARDIVE ET CHANGEMENTS

Formulaire en ligne seulement :

Après le 17 novembre 2025

- Les frais totaux d'inscription pour inscriptions tardives d'un athlète ou d'un club seront facturés **au double du tarif régulier**.
- **Un athlète inscrit après le 17 novembre 2025 devra obligatoirement avoir obtenu son temps**

ENTRY PROCEDURES

ENTRIES

The event file is available at this temporary calendar link: <https://www.swimming.ca/events-results-hub/upcoming-meets/>

All registrations MUST be submitted via the REMS online registration system. For detailed instructions on how to do this, please consult the [REMS user guide](#).

It is the responsibility of the club to validate the information before submitting the entries online.

MEET ENTRY DEADLINE

November 17, 2025, at 11:59 p.m.

ENTRY FEES

\$17.60 (tx incl) for a fixed participation fee per swimmer

\$99.40 (tx incl) per swimmer including all individual and relay events

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

Payment is made by check payable to CNQ or by Interac transfer by following these steps:

- Add CNQ to your list by clicking "Add" CNQ
- The transfer method will be by email: administration@cnq.club
- Regardless of the question you choose, the answer must be: CNQ
- In the "reason" or "message" section, enter the "full name of the club"

LATE ENTRIES OR CHANGES

Online form only:

After November 17, 2025

- Total registration fees for late entries for an athlete or club will be charged at **double** the regular rate.
- **An athlete registered after November 17, 2025, must have obtained their qualification standard**

de qualification durant la période de qualification se terminant le 17 novembre 2025.

- **Chaque changement** autre que des retraits/forfaits déclarés sur des inscriptions déjà soumises sera facturé 25 \$ (ajout d'épreuve, changement de temps d'inscription, etc.).

Après le 24 novembre 2025

- Il sera encore possible d'inscrire un club ou un athlète, cependant les frais d'inscription **seront triplés.**
- **Un athlète inscrit après le 24 novembre 2025 devra obligatoirement avoir obtenu son temps de qualification durant la période de qualification se terminant le 17 novembre 2025.**
- **Chaque changement** autre que des retraits/forfaits déclarés sur des inscriptions déjà soumises sera facturé 50 \$ (ajout d'épreuve, changement de temps d'inscription, etc.).

À partir du jeudi 27 novembre 2025 à 18 h, aucun ajout ou changement ne sera accepté, les inscriptions sont considérées comme définitives.

Rappel

Seules les performances réalisées entre le 1^{er} septembre 2023 et le premier délai d'inscriptions le 17 novembre 2025 seront considérées comme temps d'inscriptions valides. Les temps réalisés en dehors de la période de qualification ne seront pas considérés.

***Pénalités pour défaut d'inscription**

Pour un athlète non inscrit conformément dans une catégorie admissible auprès de Natation Canada et ayant participé à une compétition :

- Le club d'appartenance de l'athlète aura l'obligation de l'inscrire dans la catégorie appropriée dans les 5 jours suivants **et** une pénalité de 50 \$ par nageur fautif sera envoyée au club.

Pour un athlète ayant participé à une compétition en étant inscrit dans une catégorie inappropriée :

- La FNQ procédera à son changement de statut au moment où elle reçoit le rapport de

during the qualification period ending November 17, 2025.

- **Each change** other than scratches/forfeits on previously submitted entries will be subject to a \$25 fee (adding an event, changing entry times, etc.).

After November 24, 2025

- It will still be possible to enter a club or a swimmer; however, the entry fee will be **tripled.**
- **An athlete registered after November 24, 2025, must have obtained their qualification standard during the qualification period ending November 17, 2025.**
- **Each change** other than declared scratches/forfeits on previously submitted entries will be subject to a \$50 fee (adding an event, changing entry times, etc.).

On Thursday, November 27, 2025, at 6 p.m., no additions or changes will be accepted, all entries are final.

Reminder

Only times achieved between September 1st, 2023, and November 17, 2025, will be considered valid entry times. Times achieved outside the qualifying period will not be considered.

***Penalties for failure to register**

For a swimmer who is not properly registered in an eligible category with Swimming Canada and has competed:

- The swimmer's home club will be required to register the swimmer in the appropriate category within 5 days **and** a penalty of \$50 per non-compliant swimmer will be sent to the club.

For a swimmer having participated in a competition while registered in an inappropriate category:

- The FNQ will proceed with the change of status upon receiving the validation report from Swimming Canada. The swimmer will be registered as a competitive swimmer.

validation de Natation Canada. L'athlète sera inscrit comme athlète compétitif.

- Des frais administratifs de 20 \$ seront facturés par la FNQ pour le changement de catégorie.

AUTRES RENSEIGNEMENTS

ESTRADES ET SPECTATEURS

Gradins pouvant accueillir jusqu'à 1000 spectateurs.

STATIONNEMENT/ACCÈS POUR LES PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE

Le stationnement du PEPS est disponible durant toute la compétition.

MAILLOT DE BAIN

Tous les athlètes sont autorisés à nager avec le maillot de bain de leur choix lors de toutes les compétitions sanctionnées par la FNQ. Le maillot de bain doit être un textile à mailles ouvertes perméables qui n'est pas raisonnablement considéré comme créant un avantage technique en termes de vitesse, de flottabilité ou d'endurance.

BANDES ADHÉSIVES

Pour cet événement, conformément à l'article C15.3.1, un comité vérifiera les demandes de bandes adhésives.

- Les formulaires de demande de bandes adhésives sont disponibles au bureau de l'administration. Le formulaire complété doit être remis au commis du bureau d'administration une heure avant le début des préliminaires et des finales.
- La vérification des bandes adhésives a lieu avant le début de chaque session pendant les échauffements. Toutes les vérifications doivent être terminées au plus tard 15 minutes avant le début de la session.
- Les entraîneures et entraîneurs doivent s'assurer que les bandes sont examinées par le comité avant la première session durant laquelle l'athlète nagera avec des bandes.
- Si l'athlète porte des bandes identiques pendant plusieurs sessions, il n'est pas nécessaire de faire réviser les bandes par le comité plus d'une fois.
- La décision du comité est définitive.

- A \$20 administrative fee will be charged by the FNQ for the category change.

OTHER INFORMATION

BLEACHERS AND SPECTATORS

Bleachers can accommodate up to 1,000 spectators

PARKING/ACCESS FOR PEOPLE WITH DISABILITIES

PEPS parking is available throughout the competition.

BATHING SUITS

All swimmers are permitted to race with the swimwear of their choosing at all competitions sanctioned by the FNQ. The swimwear must be of a permeable fabric and open mesh textile and not reasonably seen to create a technical advantage in terms of speed, buoyancy, or endurance.

TAPING

For this meet, as per C15.3.1 rule, a committee will review and approve taping requests.

- Taping request forms are available at the administration desk. The completed form must be submitted to the clerk at the administration desk 1 hour prior to the start of preliminaries and finals.
- Taping review will take place prior to each session during warm-ups. All reviews must be completed no later than 15 minutes prior to the start of the session.
- Coach's must ensure that the bands are reviewed by the committee before the first session in which the athlete will swim with tapes.
- If the athlete wears identical tapes for multiple sessions, it is not necessary to have the tapes reviewed by the committee more than once.
- The committee's decision is final.
- Athletes who participate in a race without having obtained approval for their tapes will be disqualified.

- Les athlètes qui participent à une course sans avoir obtenu l’approbation pour leurs bandes adhésives seront disqualifiés.

MESURES D’ADAPTATION POUR LES ATHLÈTES S/sourds et les malentendants

Cette compétition prévoit les mesures d'adaptation suivantes pour les athlètes S/sourds et malentendants : <https://www.swimming.ca/wp-content/uploads/2024/02/Nageurs-Ssourds-et-malentendants-fevrier-2024.pdf>

1. Instruction non verbale assurée par une *personne de soutien
2. Signaux manuels donnés par le starter/juge-arbitre ou autre personne

Les clubs doivent communiquer leur besoin d’adaptation à la direction de rencontre avant la date limite des inscriptions. Le personnel de soutien doit être inclus dans le fichier d’inscriptions.

*Notez que la personne de soutien doit avoir un statut « Enregistré » en tant que personnel de soutien avec Natation Canada, sinon son accès sera refusé.

PHOTOGRAPHIE/VIDÉOGRAPHIE

Par souci de minimiser les risques, toutes les photos et vidéos prises lors des compétitions sanctionnées par la FNQ, qu'elles soient prises par un photographe ou vidéographe professionnel, un spectateur, le personnel de soutien de l'équipe ou tout autre participant, doivent respecter les normes de décence généralement acceptées. En aucun cas, les appareils photo ou autres dispositifs d'enregistrement ne sont autorisés dans la zone située immédiatement derrière les plots de départ pendant les départs en entraînement ou en compétition, ou dans les vestiaires, les salles de bain ou toute autre zone d'habillement.

Tous les détails de la procédure relative à la photographie et à la vidéographie sont disponibles [ICI](#).

d/DEAF AND HARD OF HEARING ACCOMMODATION

This competition can provide the following accommodations for swimmers who are D/deaf or Hard of hearing: <https://www.swimming.ca/wp-content/uploads/2024/02/Ddeaf-and-Hard-of-hearing-swimmers-at-competitions-Feb-2024.pdf>

1. Non-verbal instruction provided by a *support person
2. Hand signals given by the starter/referee

Clubs must communicate their need for adaptation to the meet director before the registration deadline. Support staff must be included in the registration file.

*Note that the support person must show a status of “Registered” as support staff in the Swimming Canada registration system.

PHOTOGRAPHY/VIDEOGRAPHY

To minimize risk, all photos and videos taken during FNQ-sanctioned competitions, whether taken by a professional photographer or videographer, a spectator, team support staff or any other participant, must adhere to generally accepted standards of decency. Under no circumstances cameras or other recording devices are permitted in the area immediately behind the starting blocks during training or competition starts, or in locker rooms, bathrooms or any other dressing area.

The full details on the Event Photography and Videography Procedure can be found [HERE](#).

En cas de divergence entre la version française et la version anglaise de ce document, la version française prévaudra.

Merci de votre collaboration au maintien de la propreté du bord de la piscine et des vestiaires. Au plaisir de vous accueillir!

Bonne compétition

In the event of a discrepancy between the French and English versions of this document, the French version shall take precedence.

Thank you for your collaboration in maintaining the cleanliness of the pool deck and changing rooms. We look forward to welcoming you!

Good luck



Profitez du programme de Choice
Numéro d'identification client # **00622380**
pour réserver et économiser!
<https://fnq.ca/renouvellement-de-lentente-avec-choice-hotels/>