

21

NATATION



CHAPITRE 21 - NATATION

1. COMPOSITION DE L'ÉQUIPE

- 1.1. Les équipes régionales comptent vingt (20) nageurs, dont dix (10) hommes et dix (10) femmes, qui ont obtenu les temps de qualification stipulés au [paragraphe 6](#).

2. RÈGLES GÉNÉRALES

- 2.1. La compétition doit se dérouler conformément aux Règlements des maîtres FINA, comme complément aux Règlements de [Natation Canada](#) et de [Master Swimming Ontario](#) et conformément au [Manuel de référence des championnats des FAC](#).

3. SUSPENSIONS

- 3.1. Durant le championnat, les suspensions minimales énumérées ci-dessous s'appliquent lorsque surviennent les infractions suivantes :
- conformément aux règlements des maîtres [FINA](#), de [Natation Canada](#) et de [Master Swimming Ontario](#);
 - selon la trousse de compétition officielle (rencontre);
 - selon les règles nationales de natation des FAC :

Règle	Description	Suspension minimale
Bureau des sports des FAC (BSFAC) 1	Omission de porter le bonnet de bain fourni par le BSFAC durant une ou plusieurs épreuves du championnat des FAC	Disqualification de l'épreuve ou des épreuves du championnat des FAC où le nageur a omis de porter le bonnet de bain fourni par le BSFAC.
Bureau des sports des FAC (BSFAC) 2	Le nageur commet intentionnellement une faute désavantageant un autre nageur ou est abusif envers un officiel ou le personnel.	Indéfinie, en attente d'une révision et le nageur peut être retiré de la compétition.

- 3.2. Se reporter au [Chapitre 5 – Suspensions](#), pour les infractions qui peuvent s'appliquer à n'importe quel sport.

4. FORMAT DU CHAMPIONNAT

- 4.1. Le Championnat national de natation des FAC comprend normalement les épreuves précisées au [paragraphe 5](#).
- 4.2. Les membres des FAC doivent avoir obtenu les temps de qualification ci-dessous stipulés au [paragraphe 6](#) :
- le [temps de qualification « A »](#) dans deux (2) épreuves ou plus;
 - le [temps de qualification « A »](#) dans une (1) épreuve et le [temps de qualification « B »](#) dans deux (2) épreuves ou plus.
- 4.3. Les nageurs doivent prendre part à un minimum de quatre (4) épreuves individuelles et au moins une (1) épreuve de relais, et accorder la priorité aux épreuves précisées au [paragraphe 5](#) (Épreuves). Ils sont invités à s'inscrire au plus grand nombre d'épreuves

possible, à condition que ce nombre ne dépasse pas la limite prescrite pour le championnat. Les nageurs qui ont réalisé le temps de qualification « A » dans deux (2) épreuves ou plus doivent participer à deux (2) des épreuves pour lesquelles ils se sont qualifiés et dans deux (2) épreuves supplémentaires. Les nageurs ayant obtenu un temps de qualification « A » dans une (1) épreuve et un temps de qualification « B » dans deux (2) épreuves ou plus doivent participer à l'épreuve dans laquelle ils ont atteint le temps de qualification « A », dans deux (2) épreuves où ils ont réalisé le temps de qualification « B » et dans une (1) épreuve supplémentaire.

- 4.4. Un nageur peut être dispensé de prendre part à une ou des épreuves seulement si le soigneur et/ou le coordonnateur des sports nationaux des FAC en a décidé ainsi. Tout nageur qui rate une épreuve pour laquelle il n'a pas été dispensé de participer ne sera admissible à aucun des prix décernés par les FAC pendant le banquet de clôture. Aucune inscription sur place ni aucun changement ne sera accepté quant au choix des épreuves à moins que l'entraîneur ou l'officiel en chef ait relevé une erreur durant le processus d'inscription ou de la part de l'équipe hôte ou qu'un changement ait été apporté à l'horaire des épreuves.

5. ÉPREUVES

- 5.1. Le Championnat national de natation des FAC comprend normalement sept (7) épreuves individuelles. Les distances à parcourir peuvent varier selon le lieu choisi et le format adopté pour la compétition. Les sept (7) épreuves sont les suivantes :
- Papillon – 100 m;
 - Nage libre – 100 m, 200 m et 400 m;
 - Dos – 100 m;
 - Brasse – 100 m;
 - Quatre nages individuelles (QNI) – 200 m

6. TEMPS DE QUALIFICATION

- 6.1. Les temps de qualification précisés ci-dessous constituent les temps de qualification minimaux qu'un nageur des FAC doit avoir obtenus lors d'une compétition sanctionnée tenue dans les quatorze (14) mois précédant le début du Championnat national des FAC. Dans des circonstances atténuantes (comme un déploiement), il est possible qu'un militaire n'ait pas l'occasion de participer à une compétition de natation dans les quatorze (14) mois prescrits. Dans pareil cas, il peut présenter une demande de participation écrite par l'entremise du gestionnaire des sports régionaux (GSR) au moins six (6) semaines avant la compétition.
- 6.2. Un essai de qualification supervisé lors d'une compétition de natation sanctionnée ou sous la supervision d'un membre du personnel des Programmes de soutien du personnel (PSP) de la base, de l'escadre ou de l'unité dans le cadre d'un camp de développement peut être tenu. Lorsqu'un essai de qualification est supervisé par un membre du personnel des PSP, la présence d'un officiel de Natation Canada possédant les qualifications minimales de « juge de nage et contrôleur de virages » est requise.
- 6.3. Le coordonnateur des sports des PSP de la base doit recevoir l'attestation du temps de qualification au plus tard à la date prévue dans les Instructions de ralliement du Championnat national des FAC. Le GSR doit s'assurer que les temps utilisés comme temps de qualification sont les « temps officiels ».

- L'équipe hôte doit fournir les temps obtenus lors d'une compétition sanctionnée par Natation Canada.
- Les temps obtenus lors d'une épreuve supervisée par un membre du personnel des PSP doivent être approuvés par écrit par l'officiel qui était présent.
- Les temps soumis pour des épreuves autres que des temps de qualification, tels qu'exigés au [paragraphe 4.1](#), peuvent être des estimations.

Temps de qualification « A » – Hommes Petit bassin								
Catégories	Âge							
	18-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55 et plus
Nage libre, 100 m	1:06.4	1:08.0	1:09.4	1:11.3	1:15.3	1:19.2	1:22.5	1:28.0
Nage libre, 200 m	2:27.0	2:30.0	2:32.0	2:37.0	2:42.0	2:52.0	3:07.0	3:18.0
Nage libre, 400 m	5:15.0	5:22.0	5:28.0	5:36.0	5:51.0	6:05.0	6:27.0	6:52.0
Dos, 100 m	1:15.8	1:19.0	1:23.5	1:25.5	1:30.5	1:34.5	1:41.0	1:51.0
Brasse, 100 m	1:23.5	1:26.1	1:29.8	1:32.5	1:36.0	1:40.0	1:47.0	1:53.0
Papillon, 100 m	1:11.0	1:12.8	1:15.5	1:19.5	1:23.0	1:27.0	1:37.5	1:47.5
QNI, 200 m	2:44.0	2:49.0	2:54.0	3:03.0	3:13.0	3:18.0	3:28.0	3:46.0

Temps de qualification « A » – Femmes Petit bassin								
Catégories	Âge							
	18-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55 et plus
Nage libre, 100 m	1:15.0	1:19.0	1:21.0	1:24.0	1:31.0	1:38.0	1:42.0	1:49.0
Nage libre, 200 m	2:43.0	2:49.0	2:58.0	3:07.0	3:23.0	3:39.0	3:49.0	4:03.0
Nage libre, 400 m	5:47.0	5:59.0	6:14.0	6:33.0	7:05.0	7:38.0	8:03.0	8:35.0
Dos, 100 m	1:27.5	1:31.5	1:37.0	1:42.5	1:49.0	1:55.0	2:04.0	2:13.0
Brasse, 100 m	1:39.0	1:41.0	1:44.0	1:51.0	1:56.0	2:02.0	2:10.0	2:19.0
Papillon, 100 m	1:24.5	1:28.0	1:32.5	1:38.5	1:47.5	2:00.0	2:09.0	2:23.0
QNI, 200 m	3:08.0	3:13.0	3:25.0	3:33.0	3:44.0	4:00.0	4:13.0	4:30.0

Temps de qualification « A » – Hommes Grand bassin								
Categories	Âge							
	18-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	Over 55
Nage libre, 100 m	01:07.7	01:09.4	01:10.8	01:12.7	01:16.8	01:20.8	01:24.1	01:29.8
Nage libre, 200 m	02:29.9	02:33.0	02:35.0	02:40.1	02:45.2	02:55.4	03:10.7	03:22.0
Nage libre, 400 m	05:21.3	05:28.4	05:34.6	05:42.7	05:58.0	06:12.3	06:34.7	07:00.2
Dos, 100 m	01:17.3	01:20.6	01:25.2	01:27.2	01:32.3	01:36.4	01:43.0	01:53.2
Brasse, 100 m	01:25.2	01:27.8	01:31.6	01:34.4	01:37.9	01:42.0	01:49.1	01:55.3
Papillon, 100 m	01:14.3	01:14.3	01:17.0	01:21.1	01:24.7	01:28.7	01:39.5	01:49.6
QNI, 200 m	02:47.3	02:52.4	02:57.5	03:06.7	03:16.9	03:22.0	03:32.2	03:50.5

Temps de qualification « A » – Femmes Grand bassin								
Categories	Âge							
	18-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	Over 55
Nage libre, 100 m	01:16.5	01:20.6	01:22.6	01:25.7	01:32.8	01:40.0	01:44.0	01:51.2
Nage libre, 200 m	02:46.3	02:52.4	03:01.6	03:10.7	03:27.1	03:43.4	03:53.6	04:07.9
Nage libre, 400 m	05:53.9	06:06.2	06:21.5	06:40.9	07:13.5	07:47.2	08:12.7	08:45.3
Dos, 100 m	01:29.2	01:33.3	01:38.9	01:44.6	01:51.2	01:57.3	02:06.5	02:15.7
Brasse, 100 m	01:41.0	01:43.0	01:46.1	01:53.2	01:58.3	02:04.4	02:12.6	02:21.8
Papillon, 100 m	01:26.2	01:29.8	01:34.4	01:40.5	01:49.6	02:02.4	02:11.58	02:25.9
QNI, 200 m	03:11.8	03:16.9	03:29.1	03:37.3	03:48.5	04:04.8	04:18.1	04:35.4

Temps de qualification « B » – Hommes Petit bassin								
Catégories	Âge							
	18-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55 et plus
Nage libre, 50 m	0:30.7	0:31.6	0:32.7	0:34.1	0:35.8	0:36.5	0:38.1	0:40.2
Nage libre, 100 m	1:09.7	1:11.4	1:12.9	1:14.9	1:19.1	1:23.2	1:26.6	1:32.4
Nage libre, 200 m	2:34.4	2:37.5	2:39.6	2:44.9	2:50.1	3:00.6	3:16.4	3:27.9
Nage libre, 400 m	5:30.8	5:38.1	5:44.4	5:52.8	6:08.6	6:23.3	6:46.4	7:12.6
Nage libre, 800 m	11:41.4	11:48.8	12:00.3	12:09.8	12:41.3	13:28.5	14:21.0	15:29.3
Nage libre, 1 500 m	22:30.0	22:40.0	23:50.0	24:00.0	24:30.0	26:20.0	28:10.0	30:20.0
Dos, 50 m	0:36.9	0:37.8	0:39.5	0:41.3	0:42.7	0:44.6	0:46.8	0:50.2
Dos, 100 m	1:19.6	1:23.0	1:27.7	1:29.8	1:35.0	1:39.2	1:46.1	1:56.6
Dos, 200 m	2:53.3	2:57.5	3:03.8	3:12.2	3:24.8	3:36.3	3:47.9	4:09.9
Brasse, 50 m	0:39.7	0:40.7	0:41.8	0:42.8	0:45.2	0:47.6	0:49.7	0:52.0
Brasse, 100 m	1:27.7	1:30.4	1:34.3	1:37.1	1:40.8	1:45.0	1:52.4	1:58.7
Brasse, 200 m	3:14.3	3:18.5	3:22.7	3:32.1	3:39.5	3:48.9	4:04.7	4:17.3
Papillon, 50 m	0:33.6	0:34.2	0:35.2	0:37.1	0:38.3	0:39.9	0:41.5	0:45.5
Papillon, 100 m	1:14.6	1:16.4	1:19.3	1:23.5	1:27.2	1:31.4	1:42.4	1:52.9
Papillon, 200 m	3:00.6	3:03.8	3:08.0	3:17.4	3:25.8	3:42.6	4:04.7	4:20.4
QNI, 100 m	1:18.1	1:23.6	1:29.1	1:34.6	1:40.1	1:45.6	1:51.1	1:56.6
QNI, 200 m	2:52.2	2:57.5	3:02.7	3:12.2	3:22.7	3:27.9	3:38.4	3:57.3
QNI, 400 m	6:28.5	6:34.8	6:40.1	6:52.7	7:10.5	7:36.8	8:06.2	8:48.2

Temps de qualification « B » – Femmes Petit bassin								
Catégories	Âge							
	18-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55 et plus
Nage libre, 50 m	0:35.7	0:36.8	0:37.8	0:39.9	0:42.0	0:44.7	0:47.8	0:50.4
Nage libre, 100 m	1:19.3	1:23.0	1:25.1	1:28.2	1:35.6	1:42.9	1:47.1	1:54.5
Nage libre, 200 m	2:51.2	2:57.5	3:06.9	3:16.4	3:33.2	3:50.0	4:00.5	4:15.2
Nage libre, 400 m	6:04.4	6:17.0	6:32.7	6:52.7	7:26.3	8:00.9	8:27.2	9:00.8
Nage libre, 800 m	13:02.3	13:18.0	13:44.3	14:31.5	15:45.0	16:48.0	17:40.5	18:54.0

Nage libre, 1 500 m	25:50.0	26:10.0	26:35.0	28:20.0	30:35.0	32:40.0	34:30.0	36:45.0
Dos, 50 m	0:42.0	0:43.9	0:46.2	0:48.8	0:51.8	0:54.6	0:57.5	1:00.9
Dos, 100 m	1:31.9	1:36.1	1:41.9	1:47.6	1:54.5	2:00.8	2:10.2	2:19.7
Dos, 200 m	3:20.6	3:22.7	3:36.3	3:51.0	4:02.6	4:20.4	4:36.2	4:49.8
Brasse, 50 m	0:46.7	0:48.3	0:50.4	0:52.5	0:54.6	0:58.3	1:00.9	1:05.1
Brasse, 100 m	1:44.0	1:46.1	1:49.2	1:56.6	2:01.8	2:08.1	2:16.5	2:26.0
Brasse, 200 m	3:43.7	3:47.9	3:56.3	4:07.8	4:18.3	4:30.9	4:46.7	5:04.5
Papillon, 50 m	0:39.4	0:40.4	0:42.5	0:45.2	0:47.8	0:49.9	0:54.1	0:59.9
Papillon, 100 m	1:28.7	1:32.4	1:37.1	1:43.4	1:52.9	2:06.0	2:15.5	2:30.2
Papillon, 200 m	3:22.7	3:32.1	3:43.7	3:55.2	4:17.3	4:47.7	5:03.5	5:36.0
QNI, 100 m	1:29.1	1:34.6	1:40.1	1:45.6	1:51.1	1:56.6	2:02.1	2:08.6
QNI, 200 m	3:17.4	3:22.7	3:35.3	3:43.7	3:55.2	4:12.0	4:25.7	4:43.5
QNI, 400 m	6:57.9	7:08.4	7:29.4	7:47.3	8:18.8	9:11.3	9:51.2	10:12.2

Temps de qualification « B » – Hommes Grand bassin								
Categories	Âge							
	18-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	Over 55
Nage libre, 50 m	00:31.3	00:32.2	00:33.4	00:34.8	00:36.5	00:37.2	00:38.9	00:41.0
Nage libre, 100 m	01:11.1	01:12.8	01:14.4	01:16.4	01:20.7	01:24.9	01:28.3	01:34.2
Nage libre, 200 m	02:37.5	02:40.6	02:42.8	02:48.2	02:53.5	03:04.2	03:20.3	03:32.1
Nage libre, 400 m	05:37.4	05:44.9	05:51.3	05:59.9	06:16.0	06:31.0	06:54.5	07:21.3
Nage libre, 800 m	11:55.4	12:03.0	12:14.7	12:24.4	12:56.5	13:44.7	14:38.2	15:47.9
Nage libre, 1 500 m	22:57.0	23:07.2	24:18.6	24:28.8	24:59.4	26:51.6	28:43.8	30:56.4
Dos, 50 m	00:37.6	00:38.6	00:40.3	00:42.1	00:43.6	00:45.5	00:47.7	00:51.2
Dos, 100 m	01:21.2	01:24.7	01:29.5	01:31.6	01:36.9	01:41.2	01:48.2	01:58.9
Dos, 200 m	02:56.8	03:01.1	03:07.5	03:16.0	03:28.9	03:40.6	03:52.5	04:14.9
Brasse, 50 m	00:40.5	00:41.5	00:42.6	00:43.7	00:46.1	00:48.6	00:50.7	00:53.0
Brasse, 100 m	01:29.5	01:32.2	01:36.2	01:39.0	01:42.8	01:47.1	01:54.6	02:01.1
Brasse, 200 m	03:18.2	03:22.5	03:26.8	03:36.3	03:43.9	03:53.5	04:09.6	04:22.4
Papillon, 50 m	00:34.3	00:34.9	00:35.9	00:37.8	00:39.1	00:40.7	00:42.3	00:46.4
Papillon, 100 m	01:16.1	01:17.9	01:20.9	01:25.2	01:28.9	01:33.2	01:44.4	01:55.2
Papillon, 200 m	03:04.2	03:07.5	03:11.8	03:21.3	03:29.9	03:47.1	04:09.6	04:25.6
QNI, 100 m	01:19.7	01:25.3	01:30.9	01:36.5	01:42.1	01:47.7	01:53.3	01:58.9
QNI, 200 m	02:55.6	03:01.1	03:06.4	03:16.0	03:26.8	03:32.1	03:42.8	04:02.0
QNI, 400 m	06:36.3	06:42.7	06:48.1	07:01.0	07:19.1	07:45.9	08:15.9	08:58.8

Temps de qualification « B » – Femmes Grand bassin								
Categories	Âge							
	18-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	Over 55
Nage libre, 50 m	00:36.4	00:37.5	00:38.6	00:40.7	00:42.8	00:45.6	00:48.8	00:51.4
Nage libre, 100 m	01:20.9	01:24.7	01:26.8	01:30.0	01:37.5	01:45.0	01:49.2	01:56.8
Nage libre, 200 m	02:54.6	03:01.1	03:10.6	03:20.3	03:37.5	03:54.6	04:05.3	04:20.3
Nage libre, 400 m	06:11.7	06:24.5	06:40.6	07:01.0	07:35.2	08:10.5	08:37.3	09:11.6

Nage libre, 800 m	13:17.9	13:34.0	14:00.8	14:48.9	16:03.9	17:08.2	18:01.7	19:16.7
Nage libre, 1 500 m	26:21.0	26:41.4	27:06.9	28:54.0	31:11.7	33:19.2	35:11.4	37:29.1
Dos, 50 m	00:42.8	00:44.8	00:47.1	00:49.8	00:52.8	00:55.7	00:58.7	01:02.1
Dos, 100 m	01:33.7	01:38.0	01:43.9	01:49.8	01:56.8	02:03.2	02:12.8	02:22.5
Dos, 200 m	03:24.6	03:26.8	03:40.6	03:55.6	04:07.5	04:25.6	04:41.7	04:55.6
Brasse, 50 m	00:47.6	00:49.3	00:51.4	00:53.6	00:55.7	00:59.5	01:02.1	01:06.4
Brasse, 100 m	01:46.1	01:48.2	01:51.4	01:58.9	02:04.2	02:10.7	02:19.2	02:28.9
Brasse, 200 m	03:48.2	03:52.5	04:01.0	04:12.8	04:23.5	04:36.3	04:52.4	05:10.6
Papillon, 50 m	00:40.2	00:41.2	00:43.4	00:46.1	00:48.8	00:50.9	00:55.2	01:01.1
Papillon, 100 m	01:30.5	01:34.2	01:39.0	01:45.5	01:55.2	02:08.5	02:18.2	02:33.2
Papillon, 200 m	03:26.8	03:36.3	03:48.2	03:59.9	04:22.4	04:53.5	05:09.6	05:42.7
QNI, 100 m	01:30.9	01:36.5	01:42.1	01:47.7	01:53.3	01:58.9	02:04.5	02:11.2
QNI, 200 m	03:21.3	03:26.8	03:39.6	03:48.2	03:59.9	04:17.0	04:31.0	04:49.2
QNI, 400 m	07:06.3	07:17.0	07:38.4	07:56.6	08:28.8	09:22.3	10:03.0	10:24.4

7. ÉQUIPEMENT

7.1. Tous les participants doivent porter l'équipement ou l'uniforme précisé dans le tableau ci-dessous.

OBLIGATOIRE	RECOMMANDÉ
Nageurs	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bonnets de bain fournis par le BSFAC ▪ Tenues de natation conformément aux Règlements de Maîtres nageurs Canada (CMGR 5) : <ul style="list-style-type: none"> ▪ CMGR 5.1 – Lors des compétitions de natation, le nageur ne devra porter qu'un seul maillot de bain d'une ou de deux pièces. Tout type de ruban adhésif sur le corps ou toute divergence de la description du maillot de bain telle qu'elle est donnée dans les règles CMGR 5.2 et 5.3 sera inadmissible à moins d'être nécessaire pour des raisons médicales. Ces aspects devront être portés à l'attention de l'arbitre de la session qui devra donner son approbation avant la nage. Aucune fermeture éclair et aucun autre système de fermeture ne seront permis. ▪ CMGR 5.2 – Les maillots de bain pour hommes ne devront pas monter au-dessus du nombril ni descendre en dessous des genoux, et pour les femmes ils ne doivent pas couvrir le cou, dépasser les épaules, ni descendre en dessous des genoux. Tous les maillots de bain doivent être fabriqués à partir de matières textiles. Voir aussi la règle CMSW 10.11. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Lunettes protectrices

8. PRÉVENTION DES BLESSURES

- 8.1. Il est important que tous les athlètes, les entraîneurs, les officiels, les soigneurs et les organisateurs passent en revue les stratégies de prévention des blessures. Le [Chapitre 6](#) renferme des renseignements supplémentaires concernant la prévention des blessures.

9. RÉCOMPENSES

- 9.1. Une médaille d'or est remise aux nageurs, hommes et femmes, qui terminent en première (1^{re}) place dans chacune des sept (7) épreuves. Tous les prix sont décernés en fonction du temps officiel enregistré. Des médailles d'or sont remises pour chaque épreuve et dans chaque catégorie (hommes et femmes).
- 9.2. Pour être admissible à une médaille, un nageur doit avoir obtenu le [temps de qualification « A »](#) stipulé au [paragraphe 6](#) pour l'épreuve à laquelle il prend part.
- 9.3. Les catégories d'âge (hommes et femmes) se divisent comme suit pour toutes les épreuves aux fins de remise des prix des FAC :
- « ouverte » (18-29 ans);
 - « maîtres » (30-39 ans);
 - « senior » (40 ans et plus).
- 9.4. La catégorie d'âge d'un participant est fonction de son âge au 31 décembre de l'année de compétition.
- 9.5. Tout prix en argent remporté par un athlète qui participe au Championnat national de natation des FAC doit être remis aux Services de bien-être et moral des Forces canadiennes conformément aux [ORFC : Volume III – Chapitre 208 Amendes, suppressions et déductions](#) (208.45 – Déductions pour le recouvrement d'un versement supplémentaire reçu dans l'exercice des fonctions).
- 9.6. Voici le tableau des récompenses :

<u>Prix/reconnaissance</u>	<u>Quantité</u>	<u>Championnat national</u>	<u>Championnat régional</u>
Médailles d'or	42	✓	S.O.
Officiels	1-2	✓	S.O.
Soigneurs	2-3	✓	S.O.
Invités de marque/présidents d'honneur	1	✓	S.O.