



Trousse d'informations / Technical Package

Informations générales / General information

Dates de camp 13-14 novembre 2021	Camp Dates November 13 and 14, 2021
Hôtes Natation Artistique Québec 514-252-3087	Host Natation Artistique Québec 514-525-3087
Ressource NAQ Julie Vézina, jvezina@natationartistiquequebec.ca Geneviève Quesnel gquesnel@natationartistiquequebec.ca	NAQ Resources Julie Vézina, jvezina@natationartistiquequebec.ca Geneviève Quesnel gquesnel@natationartistiquequebec.ca
Lieu Piscine Lucien-Flamand (centre Wilbrod-Bhérier) 7, rue Robert-Rumilly La Cité-Limoilou, Québec (QC) G1K 2K5 418-641-6255 Google Maps	Venue Piscine Lucien-Flamand (centre Wilbrod-Bhérier) 7, rue Robert-Rumilly La Cité-Limoilou, Québec (QC) G1K 2K5 418-641-6255 Google Maps
Programme visé Athlètes identifiées Relève, Élite et Excellence	Targeted Programs Quebec's identified athletes Relève, Élite et Excellence
Invitations Les athlètes identifiées recevront une invitation de facto, par le biais de leur entraîneur.e prévu à cet effet.	Invitations All identified athletes will be automatically invited by their coaches.
Laisser-passer Les athlètes non-identifié.e.s qui désirent participer au camp doivent présenter une demande écrite en utilisant le formulaire disponible dans cette trousse. L'invitation à une demande de laisser-passer peut également s'appliquer aux athlètes des provinces maritimes qui en feraient la demande. Les candidatures seront analysées en fonction des places disponibles, et les confirmations envoyées par courriel à l'entraîneur.e des athlètes le 27 octobre 2021 . La limite de 50 athlètes sera respectée.	Byes Non-identified athletes who would like to take part in the camp must fill out a written bye request using the form available in this technical package. Byes could also be awarded to athletes from the Atlantic provinces who complete the bye request form. Bye requests will be analysed, and confirmation will be sent to coaches by October 27th, 2021 . The 50 participants limit (overall) shall be respected.
Règlements La réglementation de NAQ sera appliquée lors de cet événement (y compris la politique, règles et procédures en matière de protection de l'intégrité).	Rules NAQ rules will apply during the camp (including the policy, rules and procedures regarding the protection of integrity).

Inscriptions, frais et paiements / Registration, fees and payment

<p>Date limite d'inscription Lundi le 18 octobre 2021, 13h00</p>	<p>Registration Deadline Monday, October 18th, 2021, 1 p.m.</p>
<p>Formulaire d'inscription Toutes les inscriptions doivent être confirmées par écrite à l'aide du formulaire Google prévu à cet effet.</p>	<p>Registration Form All registration must be submitted using this Google Form.</p>
<p>Frais d'inscription par athlète 200\$ (tous les frais d'inscription pour les athlètes identifié.e.s de niveau Relève, Élite et Excellence seront couverts par NAQ)</p>	<p>Registration Fees \$200 (fees for all Relève, Élite and Excellence identified athletes are all paid by NAQ).</p>
<p>Inscriptions tardives La politique tarifaire 2021-2022 sera appliquée pour cet événement. Après la date limite, les demandes de modification doivent obligatoirement être transmises par courriel à jvezina@natationartistiquequebec.ca, et seront assujetties à des pénalités de retard.</p>	<p>Late registration NAQ's politique tarifaire 2021-2022 will apply for this event. Any change made after the limit needs to be sent to jvezina@natationartistiquequebec.ca and late fees will be charged.</p>
<p>Remboursement Les frais d'inscription des athlètes aux événements et compétitions sont non remboursables et non transférables. La politique tarifaire 2021-2022 sera appliquée.</p>	<p>Refund Any registration fees to events and competitions are non-refundable and non-transferable. NAQ's politique tarifaire 2021-2022 will be applied.</p>
<p>Entraîneur.e.s NAQ invite tou-te-s les entraîneur.e.s intéressé.e.s à participer au camp. Ceci constituera une opportunité d'apprentissage et d'observation unique. Il est impératif de soumettre votre nom à l'aide du formulaire Google prévu à cet effet. Les deux dîners seront inclus lors du camp pour les personnes qui seront présentes. Tous les autres frais sont à votre charge.</p>	<p>Coaches NAQ is happy to invite any coach to join the camp as an opportunity to learn and share with others. Coaches should register using the Google Form. Both lunches will be provided for the camp. All other expenses are your responsibility.</p>
<p>Officiel.le.s Les officiel.le.s sont invité.e.s à collaborer lors du camp provincial. Si vous êtes disponibles, veuillez svp communiquer avec Josée Daudelin au jdaudelin@natationartistiquequebec.ca</p>	<p>Officials Officials are invited to collaborate to the camp successes. If you are available, please contact Josée Daudelin jdaudelin@natationartistiquequebec.ca</p>

Précisions – COVID-19 / COVID-19 information

Passeport vaccinal Le passeport vaccinal est obligatoire pour toute personne âgée de 13 ans et plus. Pour les personnes de l'extérieur du Québec, une preuve vaccinale démontrant la protection complète (2 doses d'un vaccin reconnu + période de carence de 7 jours suivant la réception de la 2 ^e dose) devra être présentée afin de pouvoir entrer dans le centre sportif.	Vaccination status Proof of vaccination (VaxiCode app in Quebec) is required to participate to the camp for any participant age 13 or higher. For people coming for outside the province of Quebec, proof of complete protection is required (2 doses of a recognized vaccine + 7 days of delay after the most recent shot).
Nombre de participant-e-s Le nombre de participant-e-s au camp sera limité à 50, afin de respecter les règles sanitaires en vigueur.	Number of participants To respect COVID restriction in Quebec, there will be a maximum of 50 participants to this camp.

Repas / Meals

Déjeuner Les repas du matin (déjeuners) sont aux frais des participants. Un petit déjeuner ou un rabais de 20% est toutefois offert par l'hôtel Le Normandin (selon l'emplacement) aux personnes qui choisiraient cet établissement.	Breakfast Breakfast is not provided by NAQ and is the responsibility of each participant. However, Le Normandin Hotel will provide either a 20% coupon or an included breakfast (depending on which hotel you choose to stay in) for people who would chose to stay with them.
Diner Les repas du midi (dîner) seront fournis sur place. Veuillez indiquer clairement dans le formulaire d'inscription toutes restrictions alimentaires qu'il nous est essentiel de connaître!	Lunches Lunches will be provided on-site for both days. Please indicate clearly on your registration form any restriction or allergy that we need to know about!
Souper Les repas de soir (soupers) sont aux frais des participant.e.s.	Dinner All dinners are your own responsibility.
Collations Il est recommandé que chaque participant-e-s apporte ses propres collations, pour assurer un apport alimentaire correspondant aux goûts et besoins de chacun-e.	Snacks We recommend that all participants bring their own snacks to suit their personal needs and tastes.

Recommandation d'hôtel / Hotel recommendation

<p>Hôtel et suite Le Normandin Québec (10 min. de la piscine) 4700 boulevard Pierre-Bertrand Québec (QC) G2J 1A4 Google Maps</p> <p>Téléphone : 1-800-463-6721 Site internet <i>GROUPE: Natation Artistique Québec</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • 135.99\$/nuit/chambre avant taxes • Occupation simple à quadruple (2 lits Queen) • Inclus: stationnement, accès internet sans-fil gratuit, déjeuner continental élaboré à l'hôtel OU un rabais de 20% sur les déjeuners au restaurant Normandin situé en face de l'hôtel (rue Bouvier) 	<p>Hôtel et suite Le Normandin Québec (10 min. away from facility) 4700 boulevard Pierre-Bertrand Québec (QC) G2J 1A4 Google Maps</p> <p>Phone: 1-800-463-6721 Website <i>GROUPE: Natation Artistique Québec</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • \$135.99/night/room before taxes • Single to quadruple occupancy (2 Queen size bed) • Included: parking, free wireless Internet access, continental breakfast prepared at the hotel OR a 20% discount on breakfast at the Normandin restaurant, located In front of the hotel (rue Bouvier)
<p>N hôtel Québec (14 min. de la piscine) 3390 boulevard Sainte-Anne Québec (QC) G1E 3L7 Google Maps</p> <p>Téléphone : 418-666-1226 / 1-855-666-1226 Site internet <i>GROUPE: Natation Artistique Québec</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • 115.99\$/nuit/chambre avant taxes • Occupation simple à quadruple (2 lits, 1 king+1queen) • Inclus: stationnement, accès internet sans-fil gratuit, 20% sur les déjeuners au restaurant Normandin situé en face de l'hôtel (boulevard Sainte-Anne) 	<p>N hotel Quebec (14 min. away from facility) 3390 boulevard Sainte-Anne Québec (QC) G1E 3L7 Google Maps</p> <p>Phone: 418-666-1226 / 1-855-666-1226 Website <i>GROUPE: Natation Artistique Québec</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • \$135.99/night/room before taxes • Single to quadruple occupancy (1 king+1queen) • Included: parking, free wireless Internet access, 20% discount on breakfast at the Normandin restaurant, located In front of the hotel (boulevard Sainte-Anne)
<p>Procédure de réservation À compter du mardi 12 octobre à midi, il sera possible de réserver. Pour réserver, les participants devront communiquer directement avec le comptoir de réservation au 1-800-463-3721 de façon individuelle afin d'effectuer leur réservation en mentionnant le code de groupe et en précisant lequel des 2 hôtels ils désirent réserver. Le bloc de chambres dans chacun de nos hôtels sera maintenu au plus tard jusqu'au jeudi 28 octobre 2021. Après cette date, les chambres non louées seront remises à la vente libre et les réservations seront acceptées selon la disponibilité de l'hôtel et ce, au tarif en vigueur à cette date.</p> <p>Procédure de paiement Le paiement complet final sera pris à l'arrivée et est non remboursable, même dans le cas d'un départ précipité en cours de séjour. Une dizaine de chambres est payée par Natation Artistique Québec et la balance est payée individuellement par carte de crédit.</p> <p>Politique d'annulation En cas d'une annulation complète du groupe et sur réception d'un avis écrit, vous vous engagez à payer les frais d'annulation selon l'échelle suivante :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jusqu'à 15 jours avant la date d'arrivée : Annulation sans frais • 14 jours avant l'arrivée : Le paiement total des chambres sera facturé et aucun remboursement ne sera effectué. 	<p>Booking procedure From March 12th October at noon, it will be possible to book. To reserve, participants must communicate directly with the reservation counter at 1-800-463-3721 individually in order to make their reservation by mentioning the group code and specifying which of the 2 hotels they wish to reserve. The block of rooms in each of our hotels will be maintained at the latest until Thursday, October 28, 2021. After this date, the non-rented rooms will be put back for free sale and reservations will be accepted according to the availability of the hotel, at the rate in effect on that date.</p> <p>Payment procedure Full final payment will be taken on arrival and is non-refundable, even in the event of a rushed departure during the stay. About ten rooms are paid for by Natation Artistique Québec and the balance is paid individually by credit card.</p> <p>Cancellation policy In the event of a complete cancellation from the group and upon receipt of a written notice, you agree to pay the cancellation fees according to the following scale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Up to 15 days before the arrival date: Free cancellation • 14 days before arrival: Full payment for the rooms will be charged and no refund will be made.

Tenue vestimentaire / Uniform

Casque de bain Toutes les athlètes recevront un casque de bain NAQ. Ce dernier devra être porté pour l'ensemble du camp.	Bathing cap All athletes will receive a NAQ bathing cap, which will be required to be worn during the camp.
Autres Chaque participant.e doit s'assurer d'avoir tout le matériel nécessaire pour compléter des entraînements en piscine et en gymnase. Des espadrilles sont également requises.	Additional information Every participant needs to bring all the equipment and clothes to train in pool and on deck/gymnasium, including running shoes.

Services médicaux / Medical services

Personne-ressource sur le site Pour la durée du camp, madame Jennifer Langlois sera sur place à titre de responsable du volet médical.	Medical lead on site Mrs Jennifer Langlois will be the medical lead on-site for this camp.
Autres Chaque participant.e doit avoir en sa possession sa carte d'assurance maladie. Toutes les informations médicales particulières concernant un.e participant.e doivent être indiquées sur le formulaire d'inscription. Nous comptons également sur la collaboration des entraîneur.e.s afin de nous transmettre toute particularité médicale qui pourrait encourir un risque pour la sécurité des athlètes.	Additional Information All participants need to bring their health insurance card. All medical information needs to be submitted in the registration form. We also ask for coach's collaboration to ensure participant's safety or any medical information that could be of any importance during the camp.

Préparation des athlètes / Athletes preparation

<p>13-15 ans</p> <ul style="list-style-type: none">• Veuillez poursuivre votre Phase de préparation générale;• Le camp sera construit autour des habiletés de figures et routine ainsi que de la force et du conditionnement appropriés pour cette période de la saison;• L'ensemble d'exercices abdominaux / « core » niveau 2 (basé sur le développement des athlètes de NACAS) et d'autres mesures seront prises. Avoir une solide préparation générale sera suffisant pour être préparé - rien de plus n'est requis;• Il y aura un certain apprentissage de routine sur place. Rien ne doit être préparé à l'avance;• À ce stade, il n'y a pas de compétitions internationales annoncées pour ce groupe d'âge pour 2022.	<p>13-15</p> <ul style="list-style-type: none">• Please continue with your General Preparation Phase;• Camp will be built around figure and routine skills as well as strength and conditioning appropriate for this time of the season;• The NACAS core Performance Level 2 set and other measurements will be taken. Having a strong General Preparation will be enough to be prepared - nothing extra is required;• There will be some on-site routine learning. Nothing needs to be prepared in advance.
<p>Juniors et Seniors</p> <ul style="list-style-type: none">• Veuillez apprendre l'Équipe Technique Senior qui a été réalisée aux Jeux Olympiques de Tokyo - les fichiers et les comptes sont disponibles sur ce lien;• Vous ne devriez pas vous entraîner à faire des entiers. Nous évaluerons les éléments individuellement. Nous allons pratiquer de petites pièces en patron sans évaluation formelle;• L'ensemble d'exercices abdominaux / « core » niveau 2 (basé sur le développement des athlètes de NACAS) et d'autres mesures seront prises. Avoir une solide préparation générale sera suffisant pour être préparé - rien de plus n'est requis.	<p>Junior and Senior</p> <ul style="list-style-type: none">• Please learn the Senior Tech Team that was performed at the Tokyo Olympics - files and counts are available here;• You do not need to be practicing run-throughs. We will be evaluating elements individually and small sections of the routine in pattern;• The NACAS Core Performance Level 2 set and other measurements will be taken. Having a strong General Preparation will be enough to be prepared - nothing extra is required.

Collaboration avec Natation Artistique Canada Artistic Swimming

<p>Le camp de développement de l'excellence de Natation Artistique Québec a été ciblé comme opportunité de détection de talent par l'équipe de NACAS pour l'est du pays. Afin de répondre plus facilement aux normes sanitaires en lien avec la pandémie de COVID-19 et pour limiter les frais aux participant.e.s suivant ces derniers mois difficiles pour tous, c'est l'équipe de NACAS qui se déplacera vers les participants, plutôt que l'inverse.</p> <p>NAQ ayant travaillé à améliorer l'alignement du développement de l'excellence avec les programmes nationaux, les athlètes participant.e.s au camp de développement du Québec devraient être adéquatement préparé.e.s pour une telle opportunité.</p>	<p>NAQ'S <i>Développement de l'excellence</i> Camp as been targeted as an opportunity to identify talent by NACAS in the east of the country. To provide better safety measures related to COVID-19 pandemic, and to limit fees for swimmers following those difficult past 18 months, it has been decided that NACAS's team would join provincial camps, instead of creating a new camp.</p> <p>NAQ has been working toward a better provincial/national alignment within the competitive structure and programs. All athletes should therefore be prepared to participate in this kind of camp.</p>
--	---

Prochaines étapes en lien avec les processus nationaux de sélection / Next steps for national team selection process

<p>Information de vaccination</p> <p>Tou.te.s les entraîneur.e.s et athlètes doivent être vacciné.e.s pour participer au camp du 22 au 27 novembre à l'INS, Montréal _pour voyager, etc.</p> <p>*Doublement vacciné 2 semaines avant l'entrée à l'INS avec documents et preuves vaccinales.</p>	<p>Vaccination Information</p> <p>All coaches and athletes need to be vaccinated to attend the November 22-27 camp at INS, Montreal - to travel, etc.</p> <p>*Double vaccinated 2 weeks prior to entry into INS with documents to support.</p>
<p>Détails généraux</p> <p>Voici les détails concernant les étapes préliminaires pour la sélection des Équipes NAC 2022 :</p> <ul style="list-style-type: none"> • L'observation des athlètes de 13-15 ans est uniquement destiné à l'évaluation et au développement. Un suivi supplémentaire et potentiellement un autre camp seront annoncés une fois que les plans de NACAS seront finalisés; • L'observation des athlètes d'âge junior est la première étape du processus de sélection du bassin d'athlètes des Championnats du monde junior 2022; • L'observation des athlètes d'âge senior est la première étape du processus de sélection du groupe d'entraînement à temps plein senior 2022; • Le personnel de l'équipe nationale participera à chaque camp provincial d'entraînement - les listes finales d'entraîneur.e.s des équipes nationales seront annoncées une fois que les inscriptions auront été reçues et que nous aurons confirmé les besoins. 	<p>General details</p> <p>Below are the details for the following steps in National team 2022 selection process :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 13-15 Camp is for evaluation and development only. Further monitoring and potentially another camp will be announced once the plans are finalized; • Junior Camp is the first step in the 2022 National Junior World Athlete Pool Selection Process; • Senior Camp is the first step in the 2022 Senior Full Time Training Group Selection Process; • National coaches team and NACAS employees will attend each provincial camp - final list of national coaches for 2022 will be announce after the registrations are closed to fulfill all needs.

Audition Ouverte au Processus de Sélection Finale – Équipe Senior Championnat Du Monde 2022

Open audition to final selection process – Senior World Team 2022

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Cette équipe se rendra à Fukuoka, au Japon, pour les Championnats du Monde en mai 2022; • Auditions ouvertes aux athlètes Juniors et Seniors; • Étape préliminaire : participez à l'un des 4 camps provinciaux offerts à travers le Canada; • Deuxième étape : sur invitation seulement - 22 au 27 novembre Camp à Montréal : <ul style="list-style-type: none"> ○ Un.e athlète qui participe à ce camp indique qu'il.elle est intéressé.e et acceptera une place dans notre Groupe d'entraînement à temps plein et déménagera à Montréal jusqu'à la fin des Championnats du Monde 2022 et au-delà; ○ Des grandes parties et des entiers de l'Équipe Technique feront partie de l'entraînement du camp - à la fois en patron et hors patron; ○ Nous recherchons un minimum de 12 athlètes; • Le groupe d'entraînement à temps plein le 27 novembre; • 18 décembre – dernier jour d'entraînement; • 6 janvier – premier jour d'entraînement; • Si vous pensez avoir un.e athlète qui sera potentiellement sélectionné.e dans l'équipe nationale SR – veuillez contacter Kerri dès que possible pour revoir/discuter de son programme scolaire actuel. Nous mettons tout en œuvre pour faciliter la scolarité. | <ul style="list-style-type: none"> • This team will head to Fukuoka, Japan for the World Championships in May 2022 • Auditions open to Junior and Senior aged athletes • Preliminary steps: attend one of 4 provincial camps being offered across Canada • Second step: by invitation only – November 22-27 Camp Montreal <ul style="list-style-type: none"> ○ If an athlete attends this camp, they are indicating they are interested in and will accept a spot in our Full Time Training and will move to Montreal until the end of the World Championships 2022 and beyond ○ Tech Team large parts and run throughs will be part of the camp – both in and out of pattern ○ We are looking for a minimum of 12 athletes • Team Announced to Full Time Training November 27th • December 18 – last day of training • January 6th – first day of training • If you feel you have an athlete that will potentially be selected to the SR National Team – please contact Kerri ASAP to review their current school schedule. We are making every effort possible to accommodate schooling. |
|---|---|

Audition Ouverte au Processus de Sélection Finale – Équipe Championnat Du Monde Junior 2022

Open audition to Final selection process – Junior Worlds Team 2022

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Ce processus est provisoire et sera finalisé une fois que le lieu et les dates de la compétition seront annoncés; • Étape préliminaire : participez à l'un des 4 camps offerts à travers le Canada; • Deuxième étape : sur invitation seulement - 22 – 27 novembre Camp à Montréal <ul style="list-style-type: none"> ○ Si un athlète participe à ce camp, il indique qu'il est intéressé et acceptera une place dans l'équipe des Championnats du Monde Junior 2022; • Troisième étape : Suivi pendant l'entraînement au club d'origine; • Quatrième étape : Participer au camp en 2022 – date(s) et lieu(x) à déterminer une fois les détails de la compétition annoncés. Sélection finale annoncée à la fin du camp; • Formation virtuelle et suivi de l'équipe sélectionnée; • Potentiellement un court camp d'entraînement, au besoin; • L'entraînement à temps plein débutera à la mi-juin en vue des Championnats du Monde. | <ul style="list-style-type: none"> • This process is tentative and will be finalized once the competition location and dates are announced • Preliminary step: attend on of 4 provincial camps being offered across Canada • Second step: by invitation only – November 22-27 Camp – Montreal <ul style="list-style-type: none"> ○ If an athlete attends this camp, they are indicating they are interested in and will accept a spot on the Junior Worlds 2022 Team • Third step: monitored while training at home club • Fourth step: Attend camp in 2022 – date(s) and location(s) TBA once competition details are announced. Final Selection announced at the end of camp • Virtual training and monitoring of selected Team • Potentially a short training camp as appropriate • Full time training to commence mid-june in preparation for Worlds. Dates etc. to be determined once the competition and dates are announced. |
|---|---|

18 Octobre	Coup d'envoi virtuel pour les athlètes et entraîneur.e.s qui se sont inscrit.e.s aux camps provinciaux. 18 octobre, 19h00 (heure de l'est) Sur ZOOM	Virtual kick off for athletes and coaches that have registered. October 18th, 7 p.m (eastern time) Via ZOOM
13-14 novembre	Présence de l'équipe de NACAS au camp de NAQ.	NACAS's team will be present in NAQ'S provincial camp.
22-27 novembre	<ul style="list-style-type: none"> • Camp d'entraînement de 6 jours pour tout.te.s les athlètes juniors et seniors invité.e.s • Les invitations seront envoyées le 15 novembre au plus tard; • Le coût de ce camp est à déterminer et sera facturé à tous les athlètes présent.e.s. 	<ul style="list-style-type: none"> • 6-day training camp for all invited Junior and Senior athletes • Invitations will be extended Nov 15th at the latest • The cost for this camp is TBD and will be charged to all attending athletes.
29 novembre au 18 décembre	<p>Entraînement à temps plein pour tou.te.s les athlètes juniors et seniors sélectionné.e.s – préparation pour les Championnats du Monde en mai 2022 à Fukuoka, Japon.</p> <p>Assurez-vous de discuter de l'horaire scolaire particulier de votre athlète si vous pensez qu'elle pourrait se qualifier pour l'équipe senior. Contacter Kerri à ce sujet : kerri@artisticswimming.ca</p>	<p>Full time training for all selected junior and senior athletes – preparinf for World Championships May 2022 in Fukuoka, Japan.</p> <p>Please be sure to discuss your athlete's particular schooling schedule if you think they may qualify for the Senior Team. Contact Kerri if needed: kerri@artisticswimming.ca</p>