

Programme officiel

Piscine du Complexe sportif Claude-Robillard

16 novembre 2019

Official program

Complexe sportif Claude-Robillard swimming pool

16 November 2019



**FÉDÉRATION
DE NATATION
DU QUÉBEC**

**Coupe
MONTRÉAL.**





Horaire des activités / Schedule

16 novembre 2019

7 h 15 : Accueil et remise de la trousse de participation

7 h 45 : Réunion des officiels

8 h - 8 h 50 : Échauffement

8 h 40 : Réunion technique pour les entraîneurs ou représentants des équipes

9 h : Début des épreuves

1. 200 m libre.....	p. 17
2. 100 m brasse.....	p. 18
3. 50 m papillon.....	p. 18
4. 100 m quatre nages.....	p. 19
5. 50 m libre.....	p. 20
6. 100 m dos.....	p. 22
7. 200 m choix.....	p. 22
8. 4 x 50 m relais libre.....	p. 23

Après l'épreuve 8 : Pause et échauffement (45 minutes)

Après la pause : Deuxième session

9. 4 x 50 m relais quatre nages.....	p. 23
10. 200 m quatre nages.....	p. 23
11. 100 m libre.....	p. 23
12. 50 m dos.....	p. 24
13. 100 m papillon.....	p. 25
14. 50 m brasse.....	p. 25
15. 800 m libre.....	p. 26

16 h : Fin des épreuves

19 h30 : Activité sociale - Souper

16 November 2019

07:15: Welcome and distribution of participants' kits

07:45: Officials' meeting

08:00 - 08:50: Warm-up

08:40: Technical meeting for coaches or team representatives

09:00: Start of events

1. 200m freestyle.....	p. 17
2. 100m breaststroke.....	p. 18
3. 50m butterfly.....	p. 18
4. 100m individual medley.....	p. 19
5. 50m freestyle.....	p. 20
6. 100m backstroke.....	p. 22
7. 200m choice.....	p. 22
8. 4 x 50m freestyle relay.....	p. 23

After event 8: Break and warm-up (45 minutes)

After break: Second session

9. 4 x 50m medley relay.....	p. 23
10. 200m individual medley.....	p. 23
11. 100m freestyle.....	p. 23
12. 50m backstroke.....	p. 24
13. 100m butterfly.....	p. 25
14. 50m breaststroke.....	p. 25
15. 800m freestyle.....	p. 26

16:00: End of events

19:30: Social gathering - Dinner

Mot de bienvenue / Welcome Message



Chères athlètes,
Chers athlètes,

Nous vous souhaitons la bienvenue à cette 26^e édition de la Coupe de Montréal des maîtres nageurs 2019. Nous sommes très heureux de vous retrouver pour cette édition annuelle de la Coupe de MACC, qui se veut également la Manche 1 de la Coupe du Québec, et de voir que vous êtes toujours aussi nombreux à être au rendez-vous. Merci de participer si fidèlement, année après année, à notre compétition. Encore cette année, nous avons le plaisir de vous accueillir dans l'une des piscines les plus rapides au Québec, soit celle du Complexe sportif Claude-Robillard.

Comme toujours, nous nous devons de souligner l'engagement des membres d'À Contre-Courant, qui tiennent à leur Coupe et qui le prouvent en s'y impliquant en grand nombre, à titre de participants, d'officiels ou de bénévoles. C'est grâce à cette volonté et à cette énergie collective que la Coupe de Montréal revient encore cette année pour cette 26^e édition. Nous tenons aussi à remercier nos commanditaires et partenaires financiers, dont le soutien se révèle essentiel au succès de cette rencontre.

Fort de nos 25 ans d'organisation de la Coupe, le comité organisateur et MACC se sont donnés le défi d'organiser, au début de 2020, le championnat provincial québécois. Ce championnat annuel, d'une durée de trois jours, accueille tous les athlètes des maîtres nageurs du Québec. Ce sera un rendez-vous les 24, 25 et 26 avril 2020. Nous vous attendrons en grand nombre, une fois de plus. La 27^e édition de la Coupe de Montréal reviendra en force l'année suivante.

Nous souhaitons à tous les participantes et participantes beaucoup de plaisir ainsi que des performances à la hauteur de leurs attentes!

MARTIN GIRARD
Directeur de rencontre
Au nom du comité organisateur

Fellow athletes,

We are thrilled once again this year to welcome you to this 26th edition of the *Coupe de Montréal des maîtres nageurs 2019*. We are very happy to be the host for this annual event that is also the first round of the Quebec Cup. We are delighted to see many of you return year after year and we thank you for faithfully attendance of this event. Again this year, we are honoured to welcome you to one of the fastest pools in Quebec, at the *Complexe sportif Claude-Robillard*.

We are very proud of the many À Contre-Courant members who demonstrate their unwavering commitment to their own *Coupe de Montréal* by participating in droves as competitors, officials, and volunteers. Thanks to this devotion and collective energy, the Coupe is now turning 26 years old. We would also like to extend our deepest appreciation to our sponsors and financial partners, whose continued support is vital to the success of this meet.

With 25 years of ongoing organizing experience, the Steering Committee and MACC was chosen to take on the challenge of organizing the Quebec Provincial Swimming Championship for this training season. The event will take place over three days and welcomes master swimmers from all over Quebec. We look forward to welcoming you on the 24th, 25th and 26th of April 2020 here in Montreal for the competition. We also hope to see you at the 27th edition of the *Coupe de Montréal* next year.

Last but not least, we wish all participants both fun and success. May your performance meet or exceed your goals!

MARTIN GIRARD
Meet manager
On behalf of the Organizing Committee



Bulletin technique / Technical Bulletin

Comité de direction

Martin Girard (coupe@acontrecourant.qc.ca)

Directeur de rencontre

Gilles Bertrand (coupe officiels@acontrecourant.qc.ca)

Responsable des officiels

Monica Dunn

Registrariat

Steering Committee

Martin Girard (coupe@acontrecourant.qc.ca)

Meet Manager

Gilles Bertrand (coupe officiels@acontrecourant.qc.ca)

Officials' Manager

Monica Dunn

Registration

Réunion des entraîneurs

Une réunion pour les entraîneurs ou représentants d'équipe aura lieu à 8 h 40 sur la plage de la piscine face à la table de commis de course.

Technical meeting

A technical meeting for coaches or team representatives takes place at 8:40 on the pool deck in front of the Clerk of Course table.

Installations

La compétition se déroulera dans un bassin de 25 m et de 10 couloirs, muni d'un système de chronométrage électronique avec plaques de touches et tableau alpha-numérique. Le logiciel Splash Meet Manager sera utilisé pour la gestion de la rencontre. Le bassin de plongeon sera accessible en tout temps comme bassin d'échauffement.

Facilities

The competition will take place in one 25m, 10-lane pool with an electronic timing system, complete with touch pads and alphanumerical scoreboards. Splash Meet Manager software will be used to manage the meet. There will be also a warm-up pool during the entire duration of the meet in the diving pool.

Sanction

La compétition est sanctionnée par la Fédération de natation du Québec (#34700). Le règlement des maîtres nageurs de la Fédération Internationale de Natation (FINA) (www.fina.org/content/fina-rules-regulations - disponible en anglais seulement, toutes nos excuses), le règlement de sécurité en bassin de la FNQ ainsi que la procédure de sécurité pour les échauffements en compétition de natation de Natation Canada seront en vigueur.

Les départs se feront à partir des blocs de départ selon FINA FR 2.3 et SW 4.1.

Le port du bonnet de bain est recommandé. Les épreuves individuelles ainsi que les épreuves de relais seront nagées senior en finales contre la montre, du plus lent au plus rapide, sans égard à l'âge ni au sexe. L'attribution des couloirs sera établie selon les temps d'inscription soumis.

Sanction and regulations

The competition is sanctioned by the Fédération de natation du Québec (#34700). The Fédération Internationale de Natation (FINA) regulations (www.fina.org/content/fina-rules-regulations), and the FNQ regulation on pool security (available in French only, our apologies) as well as the Swimming Canada warm-up safety procedures, will be in effect during the competition.

Starts will be performed from the starting blocks according to the rules FINA FR 2.3 and SW 4.1.

Bathing caps are recommended. Individual races and relays will be swum as timed finals, from slowest to fastest, regardless of age or sex.

Admissibilité

Tous les nageurs doivent être affiliés à la Fédération de natation du Québec ou à une fédération membre de la FINA

Eligibility

All swimmers must be affiliated with the FNQ or with a swimming federation recognized by FINA and be at least 18



et doivent être âgés de 18 ans ou plus en date du 16 novembre 2019. Tous les nageurs affiliés à une autre fédération que la FNQ (nageurs de l'extérieur du Québec) doivent s'assurer d'être couverts par l'assurance accident de leur fédération ou par une assurance privée, auquel cas ils devront présenter un certificat attestant cette couverture au moment de l'inscription.

Relais

Les membres d'une équipe de relais doivent appartenir à un même club et être dûment inscrits à la compétition. Les équipes de relais réunissant des nageurs de clubs différents ne peuvent concourir à moins d'une permission spéciale du directeur de rencontre. Elles le feront alors dans la catégorie « hors concours » et les temps des nageurs ne seront pas reconnus. Les équipes de relais peuvent être masculines, féminines ou mixtes. Une équipe de relais mixte est composée de deux hommes et de deux femmes, nageant dans n'importe quel ordre. Les cartes de départ pour les épreuves de relais devront être remises au commis de course selon les paramètres suivants : au plus tard à la fin de l'épreuve no 3 (50 m papillon) pour l'épreuve no 8 (relais 4 x 50 m libre); au plus tard à la fin de l'épreuve no 6 (100 m dos) pour l'épreuve no 9 (relais 4 x 50 m quatre nages). Un athlète ne peut participer à une épreuve de relais qu'au sein d'une seule équipe de relais.

Catégories d'âge

La catégorie d'âge de l'athlète est déterminée d'après son âge au 31 décembre 2019. Les groupes d'âge pour les épreuves individuelles sont constitués par tranches de 5 ans après la première tranche, qui va de 18 à 24 ans.

Le groupe d'âge d'une équipe de relais est déterminé en additionnant les âges au 31 décembre 2019, en années entières, des 4 membres de l'équipe. Les groupes d'âge pour les relais sont constitués par tranches de 40 ans après les deux premières tranches, qui vont de 72 à 99 ans et de 100 à 119 ans.

Épreuves individuelles :

18-24, 25-29, 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, etc.

Épreuves de relais (somme de l'âge des 4 membres) :

72-99, 100-119, 120-159, 160-199, 200-239, 240-279, etc.

Échauffement et récupération

La journée de compétition comportera deux périodes d'échauffement. Un horaire sera imposé aux équipes participantées pendant les périodes officielles d'échauffement

years of age by November 16, 2019. Swimmers who are not affiliated with the FNQ (i.e., swimmers from outside the province of Quebec) must be covered by their federation's accident insurance or a private insurance policy. In the latter case, they will have to show a certificate of proof at registration.

Relays

Relay team members must belong to the same club and be duly registered in the competition. Relay teams with athletes from different clubs are not allowed to compete unless they get special approval from the meet manager. In that case, they will compete in the 'exhibition' category and times from swimmers will not be recognized. Relay teams can be male, female, or mixed. Mixed relay teams are made up of two women and two men who may swim in any order. Relay cards must be submitted to the clerk of course **by the end of event 3 (50 m butterfly) for event 8 (4 X 50 freestyle relay); by the end of event 6 (100 m backstroke) for event 9 (4 x 50 m medley relay)**. No swimmer may be a member of more than one team per relay event.

Age Groups

Age categories will be determined by the age swimmers will be on December 31, 2019. Age groups for individual events will cover 5-year periods with the exception of the youngest group, which ranges from 18 to 24.

The age group for a relay team is determined by totaling the ages in whole years of all 4 team members as of December 31, 2017. Age groups for relays will cover periods of 40 years with the exception of the first two groups, which range from 72 to 99 years, and from 100 to 119 years, respectively.

Individual events:

18-24, 25-29, 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, etc.

Relay events (total age of four members):

72-99, 100-119, 120-159, 160-199, 200-239, 240-279, etc.

Warm-up/warm-down

Two warm-up periods have been planned on the day of the meet. If necessary, a schedule for the official warm-up periods will be established for participating teams. The FNQ regulation



si l'affluence l'exige. Le règlement de sécurité en bassin de la FNQ (www.fnq.qc.ca/disciplines/disciplines-reglements/) ainsi que la procédure de sécurité pour les échauffements en compétition de natation (www.swimming.ca/fr/ressources/officiels/reglements-et-formulaires/procedures-de-securite-pour-lechauffement-en-competition/) de Natation Canada seront en vigueur durant la compétition. **Aucun saut ou plongeon ne sera permis pendant l'échauffement, sauf dans les couloirs désignés à cette fin. Les nageurs doivent entrer dans l'eau doucement, en ayant toujours une main sur le pont de la piscine ou le trop-plein.**

Toute infraction à ces règlements pourra être sanctionnée. Les entraîneurs ont la responsabilité de superviser leurs athlètes pendant toute la période d'échauffement. Les plongeons seront permis durant les 15 dernières minutes de l'échauffement, dans les couloirs 0 et 9, qui seront alors à sens unique.

De plus, durant toute la durée de la compétition, le bassin sud sera à la disposition des nageurs et nageuses, en tout ou en partie. Les détails seront donnés lors de la réunion des entraîneurs.

Récompenses

Les récompenses pour *La Coupe de Montréal* seront remises lors de la soirée du samedi ou envoyées par la poste. L'équipe ayant obtenu le plus haut pointage remportera la Coupe de Montréal des maîtres nageurs (un certificat tiendra lieu de trophée). On attribuera en outre des distinctions dans les catégories suivantes : l'équipe de six personnes ou plus ayant accumulé le plus grand nombre de points par personne; le nageur ayant accumulé le plus grand nombre de points; la nageuse ayant accumulé le plus grand nombre de points.

La Coupe du Québec

Le pointage cumulatif des équipes pour la Manche 1 du Circuit Coupe du Québec des maîtres-nageurs, qui comprend uniquement le pointage des épreuves individuelles, sera transmis à la Fédération de natation du Québec (FNQ). Les résultats finaux pour l'ensemble du Circuit seront dévoilés lors du Gala des Maîtres-nageurs du Québec.

on pool security (www.fnq.qc.ca/disciplines/disciplines-reglements/ - available in French only, our apologies) as well as the Swimming Canada warm-up safety procedures (www.swimming.ca/en/resources/officiating/rules-and-forms/competition-warm-up-safety-procedures/) will be in effect during the meet. **No jumping or diving will be allowed during the warm-up, except in designated lanes. Swimmers must enter the pool gently with one hand on the pool edge or bulkhead at all times.**

Any infractions of these regulations may be subject to sanctions. Coaches are responsible for supervising their athletes throughout the warm-ups. Diving will be permitted during the final 15 minutes of the warm-up in lanes 0 and 9, which will then be one-way.

The south part of the pool will also be available at all times during the meet. Details will be given at the technical meeting.

Awards

Awards for *La Coupe de Montréal* will be given out on Saturday evening or sent by mail. The team with the most points will win the Coupe de Montréal des maîtres nageurs (certificate in lieu of trophy). In addition, awards of distinction will be given in the following categories: team of six or more that has accumulated the greatest number of points per swimmer; male swimmer with the most points; female swimmer with the most points.

Quebec Cup

The cumulative points for each teams for the first round of the master swimmers Quebec Cup will be held by the Fédération de natation du Québec (FNQ). The winning teams, for the overall rounds of the Quebec Cup will be awarded at the *Gala des Maîtres-nageurs du Québec*.



Pointage

Épreuves individuelles

1^{re} place : 7 points; 2^e : 5 pts; 3^e : 4 pts; 4^e : 3 pts; 5^e : 2 pts;
6^e : 1 pts.

Épreuves de relais (*pour La Coupe de Montréal seulement*)

1^{re} place : 14 points; 2^e : 10 pts; 3^e : 8 pts; 4^e : 6 pts; 5^e :
4 pts ; 6^e : 2 pts.

Résultats

Les résultats des épreuves seront affichés sur le site Internet d'À Contre-Courant (www.acontrecourant.qc.ca/fr/coupe/) ainsi que sur le site de résultats canadiens de Natation Canada (www.swimming.ca/fr/evenements-resultats/resultats-des-rencontres/) au plus tard 8 jours après la fin de la compétition.

Déroulement des épreuves

Chaque athlète se verra remettre un exemplaire du programme ainsi qu'une carte plastifiée indiquant la série et le couloir de chacune de ses épreuves individuelles.

Toutes les épreuves seront nageées en finales contre la montre, du plus lent au plus rapide (**sauf pour le 800m qui sera du plus rapide au plus lent**), sans égard à l'âge ni au sexe, et l'attribution des couloirs sera établie selon les temps d'inscription soumis.

Les listes des séries pour les relais de la journée seront publiées dès qu'elles seront prêtes. Ces listes seront affichées au mur de la section peu profonde; les entraîneurs ou responsables d'équipe pourront se les procurer à la table du commis de course.

Sauf pour les épreuves de dos, les nageurs et nageuses sont priés de bien vouloir rester dans l'eau à la fin de leur épreuve et de sortir sur les côtés du bassin après le départ suivant.

L'athlète qui ne se présente pas au départ d'une épreuve ne sera exclu que de cette épreuve; il ne lui sera pas permis de reprendre son départ, sauf dans le cas où il y aura eu erreur de la part d'un officiel.

Tentatives de records

Si vous pensez battre un record dans l'une de vos épreuves, avisez le commis de course à l'avance. Nous vérifierons tous les records nationaux et provinciaux, et ce, pour toutes les épreuves.

Scoring

Individual Events

1st place: 7 points; 2nd: 5 pts; 3rd: 4 pts; 4th: 3 pts; 5th: 2 pts
; 6th: 1 pts.

Relay Events (*only for La Coupe de Montréal*)

1st place: 14 points; 2nd: 10 pts; 3rd: 8 pts; 4th: 6 pts; 5th: 4 pts ; 6th: 2 pts.

Results

Results will be posted on the À Contre-Courant website (www.acontrecourant.qc.ca/en/coupe/) as well as on the Swimming Canada (www.swimming.ca/en/events-results/meet-results/) results site no later than 8 days after the meet.

Event details

Each athlete will be given a copy of the program and a laminated card indicating his or her assigned heat and lane for all individual events.

All events will be swum as timed finals, from slowest to fastest (**except for the 800m event that will be fastest to slowest**), regardless of age or gender. Lanes will be assigned according to the times submitted.

Heat lists for relays will be published as soon as they are ready. These lists will be posted on the wall in the shallow end; coaches and team representatives can obtain copies at the Clerk of Course's table.

With the exception of the backstroke events, we ask swimmers to remain in the water at the end of their event and to exit from the sides of the pool after the start of the following heat.

An athlete who does not show up for the start of an event will be excluded from that event only; he or she will not be allowed to make up the event unless an error has been committed by an official.

Record attempts

If you believe you may break a record during one of your events, let the Clerk of Course know in advance. All national and provincial records will be verified for all events.



Forfaits

Par courtoisie, les entraîneurs doivent aviser le commis de course le plus tôt possible des forfaits touchant les épreuves de leurs athlètes et équipes de relais.

Accès à la piscine

La carte d'accréditation est requise en tout temps pour accéder à la piscine. Les athlètes devront apporter leur carte d'accréditation au plot de départ pour être autorisés à concourir dans l'épreuve. Il est également demandé aux nageurs de circuler uniquement par les vestiaires pour entrer ou sortir de la piscine, et ce, pendant toute la durée de la compétition.

Vestiaires et sécurité

Les athlètes doivent utiliser les casiers réservés à leur usage. Il est interdit de laisser un casier cadenassé une fois la rencontre terminée; le cas échéant, le cadenas sera coupé et le contenu du casier déposé aux objets perdus. Nous vous recommandons de ne pas laisser d'objets de valeur dans les casiers. Nous ne sommes pas responsables des pertes ou des vols.

Restauration

Des fruits seront offerts aux nageurs. Des machines distributrices sont disponibles sur place. Quelques restaurants se trouvent à proximité rue Fleury, au nord du centre sportif. Le petit-déjeuner et le dîner seront offerts aux entraîneurs, officiels et bénévoles sous l'escalier nord.

Scratches

As a courtesy, coaches are asked to advise the Clerk of Course as soon as possible of any scratches involving his or her athletes and relay teams.

Access to the pool

Your accreditation card is required at all times to gain access to the pool. Athletes must carry their accreditation card to the starting blocks to be allowed to compete in the event. All swimmers are asked to enter and leave the pool area only through the locker room throughout the duration of the meet.

Lockers and security

Athletes must use the lockers reserved for their use. Locks may not be left on lockers once the meet is over, otherwise they will be cut off and the locker's contents sent to lost and found. We recommend that you do not leave valuables in the lockers. We are not responsible for lost or stolen articles.

Food and beverages

Fruit will be available for the athletes. Vending machines are available on site. A number of restaurants are also located nearby on Fleury Street, north of the sports centre. Breakfast and lunch will be served to coaches, volunteers and officials in the café under the North staircase.



La Petite 
Boulangerie

<https://lapetiteboulangerie.ca>

JOIGNEZ-VOUS AU CAMP
D'ENTRAÎNEMENT DE NOËL
D'À CONTRE-COURANT



QUI AURA LIEU DU
26 AU 31 DÉCEMBRE

MATIN: 10h30 À 12h
SOIR: 18h30 À 20h



Gestion du risque / Risk Management

Procédures d'échauffement

LES PROCÉDURES DE SÉCURITÉ DE NATATION CANADA POUR LES ÉCHAUFFEMENTS DES COMPÉTITIONS SERONT EN VIGUEUR DURANT CETTE COMPÉTITION.

Les nageurs doivent entrer dans l'eau de manière prudente **LES PIEDS EN PREMIER**, en entrant du côté des départs ou des virages seulement, d'une position debout ou assise

Courir sur le bord de la piscine ou entrer dans le bassin en courant est interdit.

La direction peut désigner des couloirs de vitesse ou de rythme pendant la période d'échauffement. Une telle utilisation du couloir doit être communiquée par un avis pré-compétition, une annonce ou une affiche sur le bord de la piscine.

Il est permis de plonger dans les couloirs de vitesse désignés seulement. Seule la natation à sens unique est permise dans les couloirs de vitesse.

Les piscines ayant les appuis de départ de dos pourront offrir un couloir pour les départs de dos. Ceci est à la discréTION du directeur de rencontre (ce n'est pas une procédure obligatoire s'il n'y a pas assez de couloirs disponibles pour le nombre de nageurs.)

Des avis ou des barrières doivent être placés sur les plots de départ pour indiquer que les plongeons sont interdits pendant l'échauffement.

SWIMMING/NATATION CANADA 26 septembre 2016

Warm-up Procedures

SWIMMING CANADA COMPETITION WARM-UP SAFETY PROCEDURES WILL BE IN EFFECT AT THIS MEET.

Swimmers must enter the pool **FEET FIRST** in a cautious manner, entering from a start or turn end only and from a standing or sitting position.

Running on the pool deck and running entries into the pool are prohibited.

Meet Management may designate the use of sprint or pace lanes during the scheduled warmup time. Any such lane usage must be communicated through a pre-competition handout, an announcement or deck signage.

Diving starts shall be permitted only in designated sprint lanes. Only one-way swimming from the start end of sprint lanes is permitted.

Pools with backstroke starting ledges available may offer a designated lane for backstroke starts, at meet management's discretion. (This is not mandatory if not enough general lane space is available for the number of swimmers in the meet.)

Notices or barriers must be placed on starting blocks to indicate no diving during warm-up.

SWIMMING/NATATION CANADA September 26, 2016

REBEL

BRASSERIE URBaine

www.rebelbrasserie.com 

*Une cuisine raffinée
et riche en saveur*

1470, STE-CATHERINE EST, H2L 2J1 MONTREAL QC | 514 · 529 · 9624

Guy Allard

Coiffeur

*Pour elle, lui
et autres*



67, rue Fairmount Ouest
(514) 993-3319



CLINIQUE DENTAIRE ARSENAULT

Sylvain Arsenault, d.m.d.

Dentiste

1681, Rachel est, suite 25

Montréal H2J 2K7

sylvainarsenault@qc.aira.com

Tél.: 514-521-6290

Fax: 514-521-8671

PHILIPPE HARVEY DESIGNER



ATELIER DESIGN RÉSIDENTIEL ET COMMERCIAL

RENCONTRES – ÉCOUTE – ÉVOLUTION – AUDACE – DISTINCTION – QUALITÉ

STYLE – CRÉATION D'ESPACE, D'AMBiance ET MOBILIER – CONFORT

3D – PLANS COMPLETS – DEVIS – MATÉRIAUX – COULEURS – FENÈTRES



Liste des équipes / Club List

Equipe/Club	Abr./Abbr.	Pays/Country	H/M	F/W	Total
É.N. St Lambert	BLUE	CAN	2	2	4
La vague de Brossard	BRO	CAN	2	2	4
Club Aquatique Châteauguay Maître	CACM	CAN	3	2	5
Club Aquatique Calac Lasalle	CALAC	CAN	1	2	3
Club aquatique Montréal	CAMO	CAN	24	39	63
Club aquatique Marlins de Québec	CAMQ	CAN	1	0	1
Carleton University Masters	CARMA	CAN	0	1	1
Club aquatique St-Eustache	CASE	CAN	4	2	6
Club Aquatique du Sud-Ouest	CASO	CAN	3	0	3
Club de natation Jonquière	CNJO	CAN	0	1	1
Montréal Nord Natation	CNMN	CAN	5	5	10
Club de Natation Mont-Tremblant	CNMT	CAN	3	7	10
Côte Saint-Luc Aquatics	CSLA	CAN	3	3	6
District of Columbia Aquatic Club	DCAC	USA	3	0	3
Dorval Swim Club	DSC	CAN	3	1	4
Downtown Toronto Swim Club	DTSC	CAN	11	3	14
Elite	ELITE	CAN	3	1	4
Groupe Aquatique Mille-Îles-Nord	GAMIN	CAN	7	0	7
Halifax Chronos Masters	HALT	CAN	1	1	2
Jet Triathlon Joliette	JET	CAN	0	1	1
LMRL Rivière-du-Loup	LMRL	CAN	1	2	3
Maîtres À Contre Courant	MACC	CAN	33	8	41
Club de natation Mégophias	MEGO	CAN	2	5	7
Pointe-Claire Masters	MPC	CAN	9	14	23
McGill Masters	MUMS	CAN	3	0	3
Club Natation Mustang Boucherville	MUST	CAN	3	8	11
Natation Gatineau	NG	CAN	1	1	2
Neptune Natation	NN	CAN	7	7	14
Natation Haute St-Charles	NSH	CAN	0	1	1
Maîtres St-Laurent	STL	CAN	15	8	23
Club de Natation Torpille	TORP	CAN	2	0	2
Maîtres sans attaches	UN-MQC	CAN	2	2	4
Westmount YMCA Maîtres-Nageurs	WYMN	CAN	4	5	9
Total : 33 équipes/clubs			161	134	295

Remerciements / Acknowledgements



Comité organisateur / Organizing committee

Martin Girard

Directeur de rencontre / Meet Manager

Benoit Dubuc

Responsable de la production du programme / In charge of program production

Gilles Bertrand

Responsable des officiels / Officials' Chair

Monica Dunn

Inscriptions / Meet Entries

Audrey Laisney

Commandites / Sponsorships

François Gauvin, Philippe Brassard Gagnon, Victor Yanez

Souper du samedi soir / Saturday night Dinner

Janet Wyman

Révision linguistique / Copy Editing

Frederic Manfredi

Réseautique / Network Administration

André Vaudrin

Graphisme du logo / Logo Design

Christine Gibson, Véronique Denis

Restauration / Catering

Bénévoles / Volunteers

Denis Pelletier, Edwin Richard, Florian Meyer, Michel Pierre Lachance

Officiels majeurs / Judges

Carole Thomas, Louise Monast, Serge Tardif, Benoit Éthier, André Montpetit, Diane Lefebvre, Monica Dunn, Maurice Harvey, Michel Arguire, Renée Bourgeois, Patricia Savar, Eduardo Lopez, Flavie Donato, Michel Arnold, Diane Lefebvre, Janet Weyman, Michel Lachance,

Chronométreurs / Time keepers

Henri Périard, Mohamed El Hossary, Adrian Ortiz Suarez, Olivier Rey, André Emond, Mario Gagné, Sonia Rachid, Hugo Conde, Maryline Donato, Mohamed Hussein, Marius Gauthier, Claudette Guy, Kévin Varnier, Alfonso Monsalve, Marc Arseneau, Edwin Richard, Dominique Lampron, Jean-Marc Bouley, Denis Pelletier, Roland Lacombe, Daniel Bourry, Pierre Lachapelle, Marie Rossignol, Sylvie Donato, Jessica Grosman, Bernard Lemieux, Camilo Camero, Audrey Laisney, Soukaina Bayed,

Les amis de la Coupe / Friends of the Coupe

La Petite Boulangerie

Merci à *La Petite Boulangerie*, qui nous offrent gracieusement les pains, croissants, scones et autres viennoiseries disponibles pour les bénévoles et les entraîneurs. / Thanks to *La Petite Boulangerie*, which offer graciously bread, croissant, scone and other viennoiserie available for volunteers and coaches.

La Petite Boulangerie

1412, rue Fleury Est, Montréal, H2C 1R8
(514) 384-5180 / <https://lapetiteboulangerie.ca>



LMRL		MPC		STL	
Brunet, Michele	F 58	Faucher, Yannick	M 43	La, Richard	M 36
Lajoie, Josiane Kenis	F 30	Giroux, Martin	M 51	Lebeuf, Philippe	M 43
Tardif, Marc	M 57	Grant, Alexander	M 24	Leclerc, Benoît	M 43
MACC		Gray, Ashley	F 31	McEwen, Martin	M 45
Arsenault, Sylvain	M 58	Guidotti, John	M 60	Mercure, Stéphane	M 44
Ascargorta, Damien	M 39	Halikas, Ashley	F 21	Pelletier, Claude	M 75
Bain, Henri	M 41	Hasegawa, Andrew	M 59	Saunders, Jenne	F 44
Beauchamp, Arianne	F 38	Leo, Deanna	F 20	Tremblay, Daniele	F 54
Bélanger, Annie	F 44	Macpherson, Patricia	F 65	Uribe, Gustavo	M 34
Boisvert, Paul	M 57	Ransom, Ken	M 73	Vaillancourt, Jennifer	F 37
Brassard-Gagnon, Philippe-E.	M 33	Sanders, Linda	F 54	Vaillancourt, Marc	M 39
Brunet, Gilles	M 56	Shibata, Mark	M 80	Vaillancourt, Simon	M 36
Chouinard, Benoît	M 61	Waldie, Mae	F 84	Wilson, Philip	M 64
Conde, Pablo	M 54	Whittaker, Gail	F 79		
Courtois, Lina		MUMS		TORP	
Darrach, Brent	M 45	Cayouette, François	M 42	Charest, Francis	M 28
Doki-Thonon, Loïc	M 31	Ostrem, Matthew	M 19	Methot, Yannic	M 42
Ferreira, Tania	F 45	Petrescu, Matei	M 31		
Fifer, Matthew		MUST		UN-MQC	
Filion, Guillaume	M 40	Bastrach, Normand	M 54	Latrelle, Denise	F 63
Fontaine, Martin	M 33	Charest, Simon	M 26	Lepage, Alexandra	F 24
Fortier, Simon	M 42	D'Armancourt, Paul	M 23	Thériault, Bernard	M 63
Fortin, Michael	M 35	Desgagné, Catherine	F 33	Veilleux, Pierre	M 60
Gauvin, François	M 55	Dubuc, Nathalie	F 47		
Girard, Anne	F 56	Fournier, Nathalie	F 47	WYMN	
Grey, Trevor	M 33	Landry, Renée	F 53	Abikhzir, Bruno	M 54
Ladouceur, Marc-Antoine	M 26	Marchand, Catherine	F 42	Acocdia, Eric	M 20
Laisney, Audrey	F 31	Martineau, Karine	F 24	Archer, Jeffry	M 53
Latulippe, Raynald	M 72	Mathieu, Laurie	F 27	Baribeau, Jean	M 72
Lebeuf, Olivier	M 30	Périard, Frédérique	F 24	Cardinal, Christine	F 51
Marion, Nicolas	M 28			Chen, Yuan	F 31
Marques, John	M 39	NG		Hotte, Francine	F 67
Micks, John	M 59	Gatzwiller, Eliza Linnea	F 42	Osterland, Lisa	F 56
Monsalve, Alfonso	M 55	Lecuyer, Jean-François	M 35	Till, Desiree	F 51
Poitras, Gaétan	M 62				
Proulx, Daniel	M 67	NN		STL	
Rheaume, Marc	M 44	Allouche, Rayd	M 29	Ayad, Abdel	M 23
Rouette, Gabriel	M 56	Allouche, Rayd	M 27	Bouillere, Etienne	M 60
Turgeon, Pierre-Luc	M 35	Babin, Nathalie	F 55	Bozzer, Paola	F 48
Villeneuve, André	M 58	Brousseau, Genevieve	F 31	Caravias, Mary	F 49
Wilkins, Carl	M 39	Charest, Johanne	F 46	Croisetière, Louis	M 38
Wyman, Janet	F 58	Courteau-Godmaire, Claudine	F 27	D'Amboise, Marie-Ève	F 41
Yanez, Victor Manuel	M 33	Hall, Charles	M 56	Escalona, Pedro	M 38
Zeng, Tian	F 33	Labbe, Mylène	F 46	Gagnon, Sylvie	F 48
Zhao, Zikuo	M 26	Lavoie, Amelie	F 39	Gaudreault, Jennifer	F 23
MEGO		Leclerc, Manon	F 57	Kovacs, Lajos	M 55
Beauvillier, Catherine	F 24	Leduc, Alexandre	M 62		
Fillion, Alexe	F 21	Neveu, André	M 52		
Grabs, Detlev	M 59	Thomas, Stephane	M 57		
Landry, Paul	M 60	Triquenaux, Quentin	M 20		
Lemay, Nadia	F 41	NSH		STL	
Lévesque, Lyne	F 53	Thibault, Nancy	F 40	Ayad, Abdel	M 23
Tellier, Lorraine	F 59			Bouillere, Etienne	M 60
MPC				Bozzer, Paola	F 48
Belliveau, Linda	F 54			Caravias, Mary	F 49
Bernard, Marie-Claude	F 42			Croisetière, Louis	M 38
Bleau, Monique	F 62			D'Amboise, Marie-Ève	F 41
Courmanopoulos, Delia	F 66			Escalona, Pedro	M 38
Critch, Kennedy	F 20			Gagnon, Sylvie	F 48
Daoust, Linda	F 60			Gaudreault, Jennifer	F 23
Decary, Pierre	M 72			Kovacs, Lajos	M 55
Desjardins, Louise	F 57				
Doyon, Martin	M 56				



Liste des séries / Heat List

Session 1 : 16 novembre 2019 / 16 November 2019

1 200 m libre / 200m freestyle

Début : 9 h 00 (approx.) / Start: 09:00 (approx.)

Série 1 sur 9 / Heat 1 of 9

0 Alexandra Lepage	F	24	UN-MQC	NT
1 Raphael Boney	M	35	CAMQ	NT
2 Mae Waldie	F	84	MPC	4:40.00
3 Jean Baribeau	M	72	WYMN	4:30.00
4 Eric Schweichler	M	41	CACM	4:15.00
5 Jean Pierre Labory	M	74	CAMO	4:23.52
6 Liliane Cardinal	F	70	CARMA	4:35.70
7 Martine Allard	F	67	CACM	4:50.00
8 Matthew Ostrem	M	19	MUMS	NT
9 Stephanie Rousseau	F	36	CAMO	NT

Série 2 sur 9 / Heat 2 of 9

0 Mary Caravias	F	49	STL	3:51.00
1 Jack Markey	M	67	DCAC	3:50.00
2 Francine Hotte	F	67	WYMN	3:43.02
3 Monique Bleau	F	62	MPC	3:40.00
4 Annie Reumont	F	48	CAMO	3:30.30
5 Brigid Glustein	F	37	CSLA	3:32.65
6 Dominique Bouchard	F	45	CAMO	3:40.71
7 Linda Daoust	F	60	MPC	3:45.00
8 Raynald Latulippe	M	72	MACC	3:50.00
9 Pierre Norbert Julien	M	76	CAMO	4:00.00

Série 3 sur 9 / Heat 3 of 9

0 Andrée Giguère	F	49	CAMO	3:27.30
1 Alain Daignault	M	55	CAMO	3:21.61
2 Guy-Anne Poirier	F	47	CACM	3:20.00
3 Ken Ransom	M	73	MPC	3:15.00
4 Michel Delorme	M	53	CAMO	3:15.00
5 Sylvie Gagnon	F	48	STL	3:15.00
6 Anne Girard	F	56	MACC	3:20.00
7 Nadia Lemay	F	41	MEGO	3:21.00
8 Julie St-Hilaire	F	41	CAMO	3:23.40
9 Nathalie Babin	F	55	NN	3:30.00

Série 4 sur 9 / Heat 4 of 9

0 Trevor Grey	M	33	MACC	3:08.37
1 Jeffry Archer	M	53	WYMN	3:05.65
2 Madeleine Sevigny	F	76	CNMT	3:04.79
3 Lisa Osterland	F	56	WYMN	3:03.00
4 Marc Tardif	M	57	LMRL	3:00.00
5 Janine Boivin	F	59	CAMO	3:01.11
6 Marilaine Contant	F	40	CAMO	3:03.11
7 Tania Ferreira	F	45	MACC	3:05.00
8 Christine Cardinal	F	51	WYMN	3:07.41
9 Bruno Abikhzir	M	54	WYMN	3:09.48

Série 5 sur 9 / Heat 5 of 9

0 Paula Ingberman	F	53	CNMT	3:00.00
1 André Hébert	M	58	CAMO	2:56.30
2 Denise Latreille	F	63	UN-MQC	2:53.40
3 Ariane Tremblay-Daoust	F	35	CNMT	2:50.00
4 Marc Sauriol	M	41	CNMM	2:50.00
5 John Micks	M	59	MACC	2:50.00
6 Sergio Ramirez-Romo	M	27	CNMM	2:50.00
7 André Neveu	M	52	NN	2:53.90
8 Sylvain Arsenault	M	58	MACC	2:59.00
9 Gaétan Poitras	M	62	MACC	3:00.00

Série 6 sur 9 / Heat 6 of 9

0 Benoît Leclerc	M	43	STL	2:50.00
1 Alexandre Leduc	M	62	NN	2:45.00
2 Jean-François Lecuyer	M	35	NG	2:44.58
3 Sylvain Cliche	M	47	CASO	2:41.51
4 Pierre Boily	M	59	CNMT	2:40.54
5 Vincent Jobin	M	48	CAMO	2:41.35
6 Claudine Courteau-Godmaire	F	27	NN	2:41.89
7 Philip Wilson	M	64	STL	2:45.00
8 Daniel Hétu	M	63	CAMO	2:49.09
9 Henri Bain	M	41	MACC	2:50.00

Série 7 sur 9 / Heat 7 of 9

0 Claude Belzile	M	54	CACM	2:38.00
1 Linda Sanders	F	54	MPC	2:37.00
2 Stephane Thomas	M	57	NN	2:33.36
3 Véronique Tanguay	F	43	CNMM	2:32.00
4 Alexander Grant	M	24	MPC	2:30.00
5 Matei Petrescu	M	31	MUMS	2:32.00
6 Paul Boisvert	M	57	MACC	2:32.00
7 Audrey Laisney	F	31	MACC	2:35.00
8 Paola Bozzer	F	48	STL	2:37.67
9 Simon Tremblay	M	30	ELITE	2:40.00

Série 8 sur 9 / Heat 8 of 9

0 Francis Charest	M	28	TORP	2:30.00
1 Genevieve Dufour	F	29	CAMO	2:28.30
2 Stéphanie Deschamps	F	41	CNMT	2:27.22
3 Frédérique Périard	F	24	MUST	2:26.67
4 Martin Fontaine	M	33	MACC	2:25.00
5 Andre Croteau	M	50	CNMT	2:26.09
6 Keitha Robert	F	46	HALT	2:26.71
7 Jennifer Gaudreault	F	23	STL	2:28.00
8 Bernard Thériault	M	63	UN-MQC	2:29.16
9 Annie Bélanger	F	44	MACC	2:30.00

Série 9 sur 9 / Heat 9 of 9

0 Vinicius Motta	M	43	CSLA	2:20.13
1 Melania Fabes	F	39	DTSC	2:17.50
2 François Bernier	M	42	CAMO	2:13.20
3 Jérémie Gouin	M	25	ELITE	2:07.10
4 Simon Charest	M	26	MUST	2:02.35
5 Luc Côté-Robitaille	M	30	ELITE	2:03.40
6 Martin Giroux	M	51	MPC	2:08.00
7 Ian White	M	36	DCAC	2:17.00
8 François Gauvin	M	55	MACC	2:18.49
9 Arianne Beauchamp	F	38	MACC	2:24.44

**Série 4 sur 8 / Heat 4 of 8**

0 Cristobal Pellejero-Dion	M	28	CNMN	37.00
1 Denise Latrelle	F	63	UN-MQC	36.50
2 Lajos Kovacs	M	55	STL	36.00
3 Philip Wilson	M	64	STL	36.00
4 Genevieve Dufour	F	29	CAMO	35.90
5 Benoît Leclerc	M	43	STL	36.00
6 Karine Martineau	F	24	MUST	36.00
7 Matthew Kwasnicki	M	38	DTSC	36.00
8 Loïc Doki-Thonon	M	31	MACC	37.00
9 Alexandre Leduc	M	62	NN	37.00

Série 5 sur 8 / Heat 5 of 8

0 David Cuervo	M	38	CAMO	35.32
1 Philippe Lebeuf	M	43	STL	35.00
2 Stéphane Goetz	M	40	CAMO	35.00
3 Jean-Christophe Pilon	M	30	GAMIN	34.28
4 Sergio Ramirez-Romo	M	27	CNMN	34.00
5 Lyes Mohamed Alim	M	47	CAMO	34.00
6 Denyse Senechal	F	57	CAMO	34.83
7 Marie-Ève D'Amboise	F	41	STL	35.00
8 Vinicius Motta	M	43	CSLA	35.15
9 Alfonso Monsalve	M	55	MACC	35.41

Série 6 sur 8 / Heat 6 of 8

0 David White	M	32	DTSC	34.00
1 Francis Charest	M	28	TORP	34.00
2 Vincent Jobin	M	48	CAMO	33.56
3 Bernard Thériault	M	63	UN-MQC	33.30
4 Alexe Fillion	F	21	MEGO	33.00
5 Quentin Triquenaux	M	20	NN	33.00
6 François Cayouette	M	42	MUMS	33.50
7 Mara Do Santos	F	44	CAMO	33.61
8 Calvin Jacobs	M	56	CACM	34.00
9 Mylène Labbe	F	46	NN	34.00

Série 7 sur 8 / Heat 7 of 8

0 Marc Samson	M	54	CAMO	32.58
1 Andréa Séguin	F	50	CAMO	32.28
2 Maud Jean	F	43	CNMN	32.05
3 Jason White	M	45	DTSC	31.05
4 Victor Manuel Yanez	M	33	MACC	31.00
5 Damien Ascargorta	M	39	MACC	31.00
6 Andre Croteau	M	50	CNMT	31.96
7 Philippe St-Onge	M	25	CASE	32.27
8 Ariane St-Denis	F	26	BLUE	32.30
9 Richard La	M	36	STL	32.97

Série 8 sur 8 / Heat 8 of 8

0 Matthew Fifer	M	40	MACC	30.10
1 Marc-Antoine Ladouceur	M	26	MACC	29.93
2 Simon Charest	M	26	MUST	29.54
3 Pablo Conde	M	54	MACC	29.00
4 Mark Arzaga	M	41	CAMO	25.70
5 Abdel Ayad	M	23	STL	28.00
6 Philippe Dalpé-Turcotte	M	29	CNMN	29.16
7 Eric Acocila	M	20	WYMN	29.74
8 Edmund Loh	M	35	DTSC	30.00
9 Nicolas Marion	M	28	MACC	30.50

4 100 m quatre nages / 100m individual medley**Série 1 sur 11 / Heat 1 of 11**

0				
1				
2 Matthew Ostrem	M	19	MUMS	NT
3 Dominique Bouchard	F	45	CAMO	3:00.00
4 Gustavo Uribe	M	34	STL	2:40.00
5 Martine Allard	F	67	CACM	2:45.00
6 Stephanie Rousseau	F	36	CAMO	NT
7				
8				
9				

Série 2 sur 11 / Heat 2 of 11

0 Paul D'Armancourt	M	23	MUST	2:08.80
1 Christian Berger	M	75	BRO	2:05.00
2 Jack Markey	M	67	DCAC	2:00.00
3 Jean-Pierre Dumont	M	67	CAMO	2:00.00
4 Claude Pelletier	M	75	STL	2:00.00
5 Johanne Charest	F	46	NN	2:00.00
6 Manon Leclerc	F	57	NN	2:00.00
7 Nathalie Bertrand	F	47	CALAC	2:04.62
8 Michelle LePage	F	30	DTSC	2:05.00
9 Lina Courtois	F	68	MACC	2:10.00

Série 3 sur 11 / Heat 3 of 11

0 Johanne Giroux	F	57	CAMO	1:54.90
1 Monique Bleau	F	62	MPC	1:54.00
2 Tian Zeng	F	33	MACC	1:50.00
3 André Villeneuve	M	58	MACC	1:48.00
4 Julie St-Hilaire	F	41	CAMO	1:46.57
5 Nadia Lemay	F	41	MEGO	1:47.50
6 Louise Beaulieu	F	58	CAMO	1:48.48
7 Lorraine Tellier	F	59	MEGO	1:51.60
8 Eddy Amano	M	65	CALAC	1:54.22
9 Mark Shibata	M	80	MPC	1:57.00

Série 4 sur 11 / Heat 4 of 11

0 Marilaine Contant	F	40	CAMO	1:45.70
1 Anne Girard	F	56	MACC	1:45.00
2 Tania Ferreira	F	45	MACC	1:44.53
3 Daniele Tremblay	F	54	STL	1:41.00
4 Laurie Mathieu	F	27	MUST	1:40.00
5 Sandra Sabourin	F	48	CNMT	1:40.00
6 Michèle Brunet	F	58	LMRL	1:42.85
7 Jeff Bale	M	47	DTSC	1:45.00
8 Paula Ingerman	F	53	CNMT	1:45.00
9 Julie Moyen	F	46	CAMO	1:45.88

Série 5 sur 11 / Heat 5 of 11

0 Janet Wyman	F	58	MACC	1:40.00
1 Ginette Boivin	F	61	CAMO	1:39.20
2 Benoît Chouinard	M	61	MACC	1:39.00
3 André Neveu	M	52	NN	1:36.02
4 Genevieve Brousseau	F	31	NN	1:35.00
5 François Larivière	M	65	CASE	1:35.33
6 Janine Boivin	F	59	CAMO	1:37.14
7 Claude Belzile	M	54	CACM	1:39.00
8 Natacha Menard	F	45	CAMO	1:39.45
9 Deanna Leo	F	20	MPC	1:40.00

**Série 5 sur 15 / Heat 5 of 15**

0 Louise Campbell	F	63	CAMO	44.32
1 Monique Lethiecq	F	64	BRO	44.00
2 Pierre Norbert Julien	M	76	CAMO	43.10
3 Audrey Dagenais	F	30	ELITE	43.00
4 Ken Ransom	M	73	MPC	42.00
5 Renée Landry	F	53	MUST	42.00
6 Louise Desjardins	F	57	MPC	43.00
7 Anita Masbourian	F	59	CAMO	43.17
8 Richard Mercier	M	69	CAMO	44.21
9 Andrée Giguère	F	49	CAMO	44.34

Série 6 sur 15 / Heat 6 of 15

0 Jeanphilippe Menard daly	M	38	CAMO	41.76
1 Roxane Déry	F	42	CASE	41.25
2 Charles Hall	M	56	NN	40.00
3 Rayd Allouche	M	29	NN	40.00
4 Marie Lafleur	F	53	CAMO	39.43
5 René Turcot	M	65	CAMO	39.56
6 Rayd Allouche	M	27	NN	40.00
7 Raynald Latulippe	M	72	MACC	41.00
8 Alain Daignault	M	55	CAMO	41.30
9 Mark Shibata	M	80	MPC	41.86

Série 7 sur 15 / Heat 7 of 15

0 Marilaine Contant	F	40	CAMO	39.26
1 Melanie Paquet	F	38	CNMT	39.00
2 Pierre Decary	M	72	MPC	38.25
3 John Guidotti	M	60	MPC	38.00
4 Sylvie Gagnon	F	48	STL	37.24
5 Nicole Branchaud	F	65	CAMO	37.33
6 Tania Ferreira	F	45	MACC	38.12
7 Laurie Mathieu	F	27	MUST	39.00
8 Annie Reumont	F	48	CAMO	39.24
9 Patricia Macpherson	F	65	MPC	39.35

Série 8 sur 15 / Heat 8 of 15

0 Sandra Sabourin	F	48	CNMT	37.00
1 Jean-Pierre Dumont	M	67	CAMO	36.37
2 Joel Cayne	M	36	DTSC	36.24
3 Ariane Tremblay-Daoust	F	35	CNMT	36.08
4 Gaétan Poitras	M	62	MACC	36.00
5 Kennedy Critch	F	20	MPC	36.00
6 Ginette Boivin	F	61	CAMO	36.09
7 Gabriel Rouette	M	56	MACC	36.25
8 Jack Markey	M	67	DCAC	37.00
9 Karine Hamel	F	41	CAMO	37.10

Série 9 sur 15 / Heat 9 of 15

0 Bruno Abikhzir	M	54	WYMN	35.88
1 Normand Bastrach	M	54	MUST	35.00
2 Olivier Lebeuf	M	30	MACC	35.00
3 Michel Delorme	M	53	CAMO	34.06
4 Etienne Bouillere	M	60	STL	34.00
5 Karine Martineau	F	24	MUST	34.00
6 Jeffry Archer	M	53	WYMN	34.38
7 Gustavo Uribe	M	34	STL	35.00
8 Madeleine Sevigny	F	76	CNMT	35.31
9 Trevor Grey	M	33	MACC	35.90

Série 10 sur 15 / Heat 10 of 15

0 Linda Sanders	F	54	MPC	33.00
1 Kiem Quoc Truong	M	64	CAMO	32.92
2 Andrew Brown	M	45	DSC	32.13
3 Louis Croisetière	M	38	STL	32.00
4 Benoît Leclerc	M	43	STL	32.00
5 Luis Felipe Sass	M	40	CASE	32.00
6 Louise Amano	F	37	CALAC	32.07
7 Alexandre Leduc	M	62	NN	32.35
8 Eric Brassard	M	55	CNMN	32.93
9 Philip Wilson	M	64	STL	33.00

Série 11 sur 15 / Heat 11 of 15

0 Guylaine Tremblay	F	57	CNJO	32.00
1 Mark Horonczyk	M	56	CASO	31.66
2 Paul Boisvert	M	57	MACC	31.50
3 Mylène Labbe	F	46	NN	31.00
4 Cristobal Pellejero-Dion	M	28	CNMN	31.00
5 Simon Tremblay	M	30	ELITE	31.00
6 Catherine Levasseur	F	44	CNMT	31.24
7 Claudine Courteau-Godmaire	F	27	NN	31.50
8 Loïc Doki-Thonon	M	31	MACC	32.00
9 Lyes Mohamed Alim	M	47	CAMO	32.00

Série 12 sur 15 / Heat 12 of 15

0 Keitha Robert	F	46	HALT	30.73
1 Stéphanie Deschamps	F	41	CNMT	30.50
2 Bernard Thériault	M	63	UN-MQC	30.03
3 Yannic Methot	M	42	TORP	30.00
4 Stéphane Goetz	M	40	CAMO	30.00
5 Francis Charest	M	28	TORP	30.00
6 Sylvain Arsenault	M	58	MACC	30.00
7 Gerard Taza	M	41	DSC	30.44
8 Vincent Jobin	M	48	CAMO	30.65
9 Sergio Ramirez-Romo	M	27	CNMN	31.00

Série 13 sur 15 / Heat 13 of 15

0 David White	M	32	DTSC	30.00
1 Vinicius Motta	M	43	CSLA	29.78
2 Wyatt Greenwood	M	21	DSC	29.44
3 Alexe Fillion	F	21	MEGO	29.00
4 Victor Manuel Yanez	M	33	MACC	29.00
5 François Cayouette	M	42	MUMS	29.00
6 Gabrielle Chabot	F	29	CAMO	29.06
7 Ariane St-Denis	F	26	BLUE	29.70
8 Patrick Boulanger	M	47	GAMIN	30.00
9 Philippe Lebeuf	M	43	STL	30.00

Série 14 sur 15 / Heat 14 of 15

0 Marc Samson	M	54	CAMO	28.91
1 Philippe-Mathieu Charbonneau	M	21	CASE	28.86
2 Andréa Séguin	F	50	CAMO	28.52
3 Melania Fabes	F	39	DTSC	28.50
4 Detlev Grabs	M	59	MEGO	27.99
5 Carl Wilkins	M	39	MACC	28.04
6 Nicolas Marion	M	28	MACC	28.50
7 Richard La	M	36	STL	28.53
8 Léonie Demers	F	18	CAMO	28.90
9 Jean-Christophe Pilon	M	30	GAMIN	28.95

**Série 4 sur 4 / Heat 4 of 4**

0 Simon Fortier	M	42	MACC	2:44.06
1 Marc-Antoine Ladouceur	M	26	MACC	2:41.64
2 Pablo Conde	M	54	MACC	2:34.00
3 Thierry Marin	M	44	GAMIN	2:22.00
4 Mark Arzaga	M	41	CAMO	2:08.14
5 Chrystian Gauvin	M	45	GAMIN	2:20.00
6 Philippe-E. Brassard-Gagnon	M	33	MACC	2:30.00
7 Gilbert Duplessis	M	43	GAMIN	2:35.40
8 Marie-Ève D'Amboise	F	41	STL	2:42.00
9 Calvin Jacobs	M	56	CACM	2:45.00

8 4 x 50 m relais libre / 4 x 50m freestyle relay

Les représentants des clubs ont jusqu'à la fin de l'épreuve 3 (50 m papillon) pour communiquer au commis de course la composition de leurs équipes inscrites à cette épreuve (noms des athlètes, dans l'ordre voulu). La liste des séries sera affichée sur le mur de la partie peu profonde dès qu'elle sera prête. / Team representatives have until the end of event 3 (50 m butterfly) to give to the Clerk of Course the relay entries with the order and name of swimmers. The heat list for this event will be posted on the wall in the shallow end as soon as it is ready.

Session 2 : 16 novembre 2019 / 16 November 2019**9 4 x 50 m relais quatre nages / 4 x 50m medley relay**

Les représentants des clubs ont jusqu'à la fin de l'épreuve 6 (100 m dos) pour communiquer au commis de course la composition de leurs équipes inscrites à cette épreuve (noms des athlètes, dans l'ordre voulu). La liste des séries sera affichée sur le mur de la partie peu profonde dès qu'elle sera prête. / Team representatives have until the end of event 6 (100 m backstroke) to give to the Clerk of Course the relay entries with the order and name of swimmers. The heat list for this event will be posted on the wall in the shallow end as soon as it is ready.

10 200 m quatre nages / 200m individual medley**Série 1 sur 4 / Heat 1 of 4**

0				
1 Mara Do Santos	F	44	CAMO	NT
2 Michael Eustace	M	66	CAMO	5:45.00
3 Monique Bleau	F	62	MPC	4:06.00
4 Bruno Lachance	M	67	BRO	3:53.00
5 Gabriel Rouette	M	56	MACC	3:53.62
6 Martine Allard	F	67	CACM	5:45.00
7 Matthew Ostrem	M	19	MUMS	NT
8 Alexandra Lepage	F	24	UN-MQC	NT
9				

Série 2 sur 4 / Heat 2 of 4

0 Benoît Chouinard	M	61	MACC	3:30.00
1 Benoît Leclerc	M	43	STL	3:25.00
2 Marc Samson	M	54	CAMO	3:15.77
3 Lyne Lévesque	F	53	MEGO	3:10.00
4 David Cuervo	M	38	CAMO	3:01.01
5 Elise Jette	F	31	CAMO	3:07.51
6 Jean-François Lecuyer	M	35	NG	3:12.08
7 Matthew Kwasnicki	M	38	DTSC	3:25.00
8 Lisa Osterland	F	56	WYMN	3:28.78
9 Julie St-Hilaire	F	41	CAMO	3:47.53

Série 3 sur 4 / Heat 3 of 4

0 Paola Bozzer	F	48	STL	3:00.47
1 Ian Sutherland	M	46	HALT	2:59.97
2 Stephane Thomas	M	57	NN	2:56.96
3 Pedro Escalona	M	38	STL	2:50.00
4 Matei Petrescu	M	31	MUMS	2:46.00
5 Josée Chapdelaine	F	52	CAMO	2:49.29
6 Amelie Lavoie	F	39	NN	2:50.00
7 Carl Wilkins	M	39	MACC	2:59.88
8 Mylène Labbe	F	46	NN	3:00.00
9 Greg MacPherson	M	63	CNMT	3:00.81

Série 4 sur 4 / Heat 4 of 4

0 Marc-Antoine Ladouceur	M	26	MACC	2:38.76
1 Ian White	M	36	DCAC	2:36.00
2 Gilbert Duplessis	M	43	GAMIN	2:30.00
3 Philippe-E. Brassard-Gagnon	M	33	MACC	2:29.00
4 Julien Boies	M	26	BLUE	2:22.73
5 Marie-Soleil Jean-Lachapelle	F	28	BLUE	2:25.00
6 Stéphane Mercure	M	44	STL	2:30.00
7 François Bernier	M	42	CAMO	2:35.28
8 Ilka Lowenstein	F	54	CSLA	2:37.07
9 Alexander Grant	M	24	MPC	2:45.00

11 100 m libre / 100m freestyle**Série 1 sur 10 / Heat 1 of 10**

0				
1 Stephanie Rousseau	F	36	CAMO	NT
2 Louise Cobetto	F	65	CAMO	2:07.86
3 Eric Schweichler	M	41	CACM	2:00.00
4 Mae Waldie	F	84	MPC	1:55.33
5 Gail Whittaker	F	79	MPC	1:59.37
6 Jean Baribeau	M	72	WYMN	2:00.00
7 Gustavo Uribe	M	34	STL	2:20.00
8 Alexandra Lepage	F	24	UN-MQC	NT
9				

Série 2 sur 10 / Heat 2 of 10

0 Pierre Norbert Julien	M	76	CAMO	1:54.51
1 Carol Latendresse	F	64	CAMO	1:50.79
2 Claude Pelletier	M	75	STL	1:50.00
3 René Turcot	M	65	CAMO	1:50.00
4 Linda Belliveau	F	54	MPC	1:48.00
5 Christian Berger	M	75	BRO	1:50.00
6 Nathalie Paulin	F	55	CAMO	1:50.00
7 Neil McKenzie	M	48	DTSC	1:50.00
8 Isabelle Gratton	F	45	CAMO	1:53.84
9 Lise Dion	F	65	CAMO	1:54.78

**Série 3 sur 10 / Heat 3 of 10**

0 Francine Hotte	F	67	WYMN	1:45.93
1 Charles Hall	M	56	NN	1:45.00
2 Raynald Latulippe	M	72	MACC	1:40.00
3 Lorraine Tellier	F	59	MEGO	1:38.50
4 Linda Daoust	F	60	MPC	1:35.00
5 Michele Brunet	F	58	LMRL	1:38.42
6 Roxane Déry	F	42	CASE	1:38.55
7 Nathalie Fournier	F	47	MUST	1:43.29
8 Richard Mercier	M	69	CAMO	1:45.41
9 Mary Caravias	F	49	STL	1:48.00

Série 8 sur 10 / Heat 8 of 10

0 Philippe Lebeuf	M	43	STL	1:07.00
1 Maud Jean	F	43	CNMM	1:06.95
2 Francis Charest	M	28	TORP	1:06.00
3 Jason White	M	45	DTSC	1:05.20
4 Martin Fontaine	M	33	MACC	1:05.00
5 Bernard Thériault	M	63	UN-MQC	1:05.08
6 Léonie Demers	F	18	CAMO	1:06.00
7 Andre Croteau	M	50	CNMT	1:06.50
8 Jennifer Gaudreault	F	23	STL	1:07.00
9 Genevieve Dufour	F	29	CAMO	1:07.30

Série 4 sur 10 / Heat 4 of 10

0 Julie Meloche	F	43	CAMO	1:34.87
1 Jeanphilippe Menard daly	M	38	CAMO	1:31.25
2 Nathalie Babin	F	55	NN	1:30.00
3 Marie-Pierre Chalifoux	F	47	CAMO	1:27.06
4 Sylvie Gagnon	F	48	STL	1:26.00
5 Jack Markey	M	67	DCAC	1:27.00
6 Natacha Menard	F	45	CAMO	1:29.81
7 John Guidotti	M	60	MPC	1:30.33
8 Isabelle Turcot	F	52	JET	1:31.75
9 Audrey Dagenais	F	30	ELITE	1:35.00

Série 9 sur 10 / Heat 9 of 10

0 Alexe Fillion	F	21	MEGO	1:05.00
1 Michael McMurray	M	55	CSLA	1:04.73
2 Martin McEwen	M	45	STL	1:04.00
3 Andréa Séguin	F	50	CAMO	1:03.19
4 Michael Fortin	M	35	MACC	1:02.56
5 Marc Vaillancourt	M	39	STL	1:03.00
6 Melania Fabes	F	39	DTSC	1:03.50
7 Carl Wilkins	M	39	MACC	1:04.45
8 Quentin Triquenaux	M	20	NN	1:05.00
9 Chris O'Shaughnessy	M	54	DTSC	1:05.00

Série 5 sur 10 / Heat 5 of 10

0 Bruno Abikhzir	M	54	WYMN	1:24.06
1 Jean-Pierre Dumont	M	67	CAMO	1:23.65
2 Paul Desjardins	M	64	CAMO	1:22.80
3 Trevor Grey	M	33	MACC	1:22.71
4 Madeleine Sevigny	F	76	CNMT	1:21.26
5 Gaétan Poitras	M	62	MACC	1:22.00
6 Daniel Hétu	M	63	CAMO	1:22.78
7 Karine Hamel	F	41	CAMO	1:23.34
8 Joel Cayne	M	36	DTSC	1:23.93
9 Jeff Bale	M	47	DTSC	1:25.00

Série 10 sur 10 / Heat 10 of 10

0 Simon Vaillancourt	M	36	STL	1:00.00
1 John McIntyre	M	31	DTSC	59.51
2 Simon Fortier	M	42	MACC	59.50
3 Brent Darrach	M	45	MACC	58.50
4 Luc Côté-Robitaille	M	30	ELITE	55.50
5 Guillaume Filion	M	40	MACC	55.90
6 Jérémie Gouin	M	25	ELITE	58.57
7 Philippe Dalpé-Turcotte	M	29	CNMM	59.51
8 Ian White	M	36	DCAC	59.99
9 John Marques	M	39	MACC	1:00.01

Série 6 sur 10 / Heat 6 of 10

0 Jeffry Archer	M	53	WYMN	1:20.19
1 Eric Brassard	M	55	CNMM	1:17.39
2 Cristobal Pellejero-Dion	M	28	CNMM	1:15.00
3 Geneviève Brousseau	F	31	NN	1:15.00
4 Jenne Saunders	F	44	STL	1:12.00
5 Sylvain Cliche	M	47	CASO	1:14.66
6 Trystan Leblanc	M	26	CASO	1:15.00
7 Sergio Ramirez-Romo	M	27	CNMM	1:15.00
8 Denise Latrière	F	63	UN-MQC	1:18.40
9 Marie-Christine Deschenes	F	36	CAMO	1:20.77

Série 1 sur 7 / Heat 1 of 7

0 Eliza Linnea Gatzwiller	F	42	NG	1:24.99
1 Rose Szittner	F	75	BRO	1:15.00
2 Gail Whittaker	F	79	MPC	1:11.50
3 Louise Cobetto	F	65	CAMO	1:06.53
4 Marie-Claude Bernard	F	42	MPC	1:04.00
5 Carol Latendresse	F	64	CAMO	1:06.00
6 Madeleine Julien	F	73	CAMO	1:11.41
7 Delia Courmanopoulos	F	66	MPC	1:12.00
8 Jean Pierre Labory	M	74	CAMO	1:15.80
9 Eric Schweichler	M	41	CACM	1:30.00

Série 2 sur 7 / Heat 2 of 7

0 Anne-Claire Marcotte	F	62	CAMO	1:00.00
1 Linda Daoust	F	60	MPC	58.00
2 Louise Pearcy	F	61	DSC	56.81
3 Lorraine Tellier	F	59	MEGO	56.00
4 Jeanphilippe Menard daly	M	38	CAMO	55.76
5 Isabelle Gratton	F	45	CAMO	55.86
6 Louise Campbell	F	63	CAMO	56.74
7 Brigid Glustein	F	37	CSLA	57.00
8 Nathalie Paulin	F	55	CAMO	59.12
9 Nathalie Bertrand	F	47	CALAC	1:00.50



Série 3 sur 7 / Heat 3 of 7

0 Mae Waldie	F	84	MPC	54.20
1 Ashley Gray	F	31	MPC	54.00
2 Jack Markey	M	67	DCAC	53.00
3 Madeleine Sevigny	F	76	CNMT	51.22
4 Vidya Kauri	F	39	DTSC	50.00
5 René Turcot	M	65	CAMO	50.00
6 Eddy Amano	M	65	CALAC	52.00
7 Linda Belliveau	F	54	MPC	54.00
8 Francine Desroches	F	63	CNMN	54.06
9 Johanne Giroux	F	57	CAMO	55.07

Série 4 sur 7 / Heat 4 of 7

0 Marc Tardif	M	57	LMRL	48.00
1 Natacha Menard	F	45	CAMO	46.60
2 Gabriel Rouette	M	56	MACC	45.75
3 Martin Doyon	M	56	MPC	44.79
4 Ginette Boivin	F	61	CAMO	44.16
5 Daniel Hétu	M	63	CAMO	44.65
6 Gustavo Uribe	M	34	STL	45.00
7 Ashley Halikas	F	21	MPC	46.47
8 Gaétan Poitras	M	62	MACC	47.00
9 Julie Moyen	F	46	CAMO	48.61

Série 5 sur 7 / Heat 5 of 7

0 Ariane Tremblay-Daoust	F	35	CNMT	43.97
1 Karine Yankioua	F	47	CAMO	42.89
2 Andrée-Anne Isabel	F	32	CNMN	42.00
3 Catherine Beauvillier	F	24	MEGO	40.54
4 Catherine Levasseur	F	44	CNMT	39.50
5 Josiane Kenis Lajoie	F	30	LMRL	39.71
6 Catherine Marchand	F	42	MUST	42.00
7 Janine Boivin	F	59	CAMO	42.38
8 John Micks	M	59	MACC	43.00
9 Sandra Sabourin	F	48	CNMT	44.00

Série 6 sur 7 / Heat 6 of 7

0 Andrew Brown	M	45	DSC	37.27
1 Pedro Escalona	M	38	STL	36.00
2 Stéphanie Deschamps	F	41	CNMT	35.83
3 Ilka Lowenstein	F	54	CSLA	35.14
4 Abdeltif Benhaddad	M	63	CAMO	34.91
5 Jeff Ball	M	57	DTSC	35.00
6 Mara Do Santos	F	44	CAMO	35.69
7 Geminio Grossi	M	50	DTSC	36.00
8 Maud Jean	F	43	CNMN	36.25
9 Lajos Kovacs	M	55	STL	37.50

Série 7 sur 7 / Heat 7 of 7

0 Léonie Demers	F	18	CAMO	33.00
1 Victor Manuel Yanez	M	33	MACC	33.00
2 François Gauvin	M	55	MACC	32.19
3 Luc Côté-Robitaille	M	30	ELITE	32.00
4 Chrystian Gauvin	M	45	GAMIN	30.00
5 David Quane	M	39	CSLA	31.32
6 Edmund Loh	M	35	DTSC	32.00
7 Pablo Conde	M	54	MACC	33.00
8 Jean-Sébastien Quesnel	M	46	GAMIN	33.00
9 Michael Fortin	M	35	MACC	33.50

13 100 m papillon / 100m butterfly

Série 1 sur 3 / Heat 1 of 3

0				
1				
2 Monique Lethiecq	F	64	BRO	2:30.00
3 Laurie Mathieu	F	27	MUST	2:00.00
4 Marie-Pierre Chalifoux	F	47	CAMO	1:50.00
5 Paul Desjardins	M	64	CAMO	1:55.68
6 Julie St-Hilaire	F	41	CAMO	2:02.90
7				
8				
9				

Série 2 sur 3 / Heat 2 of 3

0 Karine Martineau	F	24	MUST	1:35.00
1 Josiane Kenis Lajoie	F	30	LMRL	1:32.00
2 Matthew Kwasnicki	M	38	DTSC	1:30.00
3 Richard La	M	36	STL	1:22.00
4 Matei Petrescu	M	31	MUMS	1:17.00
5 Frédérique Périard	F	24	MUST	1:17.59
6 David Cuervo	M	38	CAMO	1:28.40
7 Henri Bain	M	41	MACC	1:30.00
8 Deanna Leo	F	20	MPC	1:34.00
9 Linda Babins	F	55	CSLA	1:39.15

Série 3 sur 3 / Heat 3 of 3

0 Pierre-Luc Turgeon	M	35	MACC	1:11.93
1 Gregory Fuentes	M	49	CAMO	1:09.61
2 Brent Darrach	M	45	MACC	1:07.00
3 Guillaume Filion	M	40	MACC	1:05.00
4 Mark Arzaga	M	41	CAMO	56.54
5 Pablo Conde	M	54	MACC	1:05.00
6 Edmund Loh	M	35	DTSC	1:06.00
7 Stéphane Mercure	M	44	STL	1:07.50
8 Matthew Fifer	M	40	MACC	1:11.00
9 Damien Ascargorta	M	39	MACC	1:15.00

14 50 m brasse / 50m breaststroke

Série 1 sur 10 / Heat 1 of 10

0				
1				
2 Isabelle Turcot	F	52	JET	NT
3 Jean Pierre Labory	M	74	CAMO	1:17.57
4 Madeleine Julien	F	73	CAMO	1:16.35
5 Karina Lalonde	F	48	CASE	1:16.65
6 Matthew Ostrem	M	19	MUMS	NT
7				
8				
9				

Série 2 sur 10 / Heat 2 of 10

0 Marie-Claude Bernard	F	42	MPC	1:08.00
1 Neil McKenzie	M	48	DTSC	1:05.00
2 Isabelle Gratton	F	45	CAMO	1:01.24
3 Nathalie Babin	F	55	NN	1:00.00
4 Julie Meloche	F	43	CAMO	1:00.00
5 Charles Hall	M	56	NN	1:00.00
6 Lise Dion	F	65	CAMO	1:01.09
7 Gail Whittaker	F	79	MPC	1:03.58
8 Michael Eustace	M	66	CAMO	1:07.85
9 Raynald Latulippe	M	72	MACC	1:08.00



Mes notes / My Notes





Mes notes / My Notes



