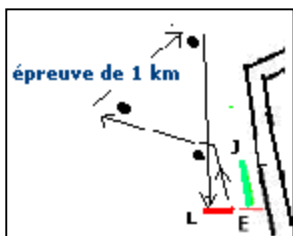


## RÈGLEMENTS DE L'ÉPREUVE DU 1 KM

1. Avant le départ de la compétition, le nageur doit obligatoirement assister à la séance d'information donnée par le directeur de la course dans la tente réservée aux nageurs, à 11h00.
2. Le nageur ne doit pas être sous l'effet de boisson alcoolique, de drogue ou de toute autre substance dopante.
3. Au départ de l'épreuve, le nageur doit porter un casque de bain de couleur voyante et le conserver tout au long de la course.
4. Le nageur doit être bien identifié à l'aide d'un numéro inscrit sur les deux bras, sur les deux épaules et sur le casque de bain.
5. Le nageur doit obéir sans délai aux directives d'un officiel en fonction (T-shirt blanc).
6. La compétition est précédée d'une période d'échauffement, de 11h50 à 11h58, devant la descente de mise à l'eau.
7. Le départ de la compétition aura lieu au pied de la descente de mise à l'eau extérieure, les nageurs étant alignés la main sur une corde tendue derrière eux ; le signal de départ sera donné à 12h00 par une corne à brume, environ 60 secondes après qu'un officiel aura prévenu les nageurs de se tenir prêt.
8. Le circuit à parcourir est de 1 km, sous forme d'un triangle identifié par des bouées; le trajet est comme suit :



- l'arrivée est conclue par le toucher d'un panneau (L) situé à proximité de la ligne de départ (E).
9. Le nageur doit contourner les bouées et éviter de bloquer ou bousculer un autre nageur, de nager dans le sillon d'un autre nageur, de s'agripper à une bouée, de porter ou utiliser un objet flottant...
  10. Le nageur doit cesser sa course dès que lui-même considère que son état de santé est susceptible d'empêcher la pratique normale de sa discipline ou risque d'avoir des conséquences néfastes sur sa condition physique.
  11. Une embarcation motorisée (avec juge de nage) se tient au large du triangle.
  12. Tous les nageurs devront être hors de l'eau au plus tard à 13h00 ; des embarcations motorisées récupéreront les nageurs qui ne seront pas encore entrés à ce moment, après en avoir reçu directive du directeur de la course.
  13. Toute embarcation motorisée doit naviguer de façon à éviter que les gaz d'échappement n'incommodent les nageurs et arrêter son hélice lorsqu'à moins de 3 mètres d'un nageur.
  14. Le nageur qui abandonne la course, doit se présenter le plus tôt possible au directeur de la course, Martin Hodgson.

## RÈGLEMENTS DE L'ÉPREUVE TRAVERSÉE (3,8 km)

1. Avant le départ de la compétition, l'escorte et le nageur doivent obligatoirement assister à la séance d'information donnée par le directeur de la course dans la tente réservée aux nageurs, à 10h30.
2. Ni le nageur ni son escorte ne doivent être sous l'effet de boisson alcoolique, de drogue ou de toute autre substance dopante.
3. Le nageur doit être bien identifié à l'aide d'un numéro inscrit sur les deux bras au niveau de l'épaule et sur le casque de bain, lequel le nageur doit porter et conserver tout au long de la course.
4. Le nageur doit obéir sans délai aux directives d'un officiel en fonction (T-shirt blanc).
5. La compétition est précédée d'une période d'échauffement, de 11h20 à 11h28, devant la descente de mise à l'eau.
6. Le départ de la compétition aura lieu au pied de la descente de mise à l'eau extérieure, les nageurs étant alignés la main sur une corde tendue derrière eux ; le signal de départ sera donné à 11h30 par une corne à brume, environ 60 secondes après qu'un officiel aura prévenu les nageurs de se tenir prêt.
7. Le circuit à parcourir est de 3,8 km, en ligne droite devant la descente jusqu'à une bouée ancrée au nord d'un bateau (surmonté de ballons rouges) situé à quelques centaines de mètres du rivage sud ; cette bouée, observée par un juge de virage, doit être contournée dans le sens antihoraire.
8. Au retour, un sprint débute au dernier 100m ; le son d'une cloche vous avertira du début de la période de sprint; l'arrivée est conclue par le toucher d'un panneau situé à proximité de la ligne de départ :
9. Chaque nageur doit, pour toute la durée de la compétition, être accompagné d'une escorte personnelle constituée d'une embarcation. L'escorte doit porter un vêtement de flottaison individuel approuvé par Transport Canada. Une deuxième veste doit être disponible dans l'embarcation, pour le nageur. Chaque embarcation doit contenir tout le matériel requis par le Règlement sur les petits bâtiments, section Sécurité des embarcations. (Guide de sécurité nautique de la Garde côtière canadienne, 1999).
10. L'escorte accompagne le nageur et le guide dans son trajet en le précédant légèrement.
11. Le nageur doit éviter de bloquer ou bousculer un autre nageur, de nager dans le sillon d'un autre nageur, de s'agripper à une bouée, de porter ou utiliser un objet flottant...
12. Trois embarcations motorisées (avec juges de nage) accompagneront les nageurs.
13. Deux motomarines contrôleront la circulation plaisancière en aval et en amont des nageurs ; si un navire devient susceptible de barrer le chemin à un nageur, l'escorte et le nageur doivent se mettre en course parallèle à celle du navire, à une distance d'au moins 100 mètres, et le laisser passer avant de reprendre la traversée.
14. Le nageur doit cesser sa course dès que lui-même ou son escorte considère que son état de santé est susceptible d'empêcher la pratique normale de sa discipline ou risque d'avoir des conséquences néfastes sur sa condition physique.
15. L'escorte qui se rend compte que son nageur est en difficulté doit intervenir rapidement et signaler l'urgence à une des embarcations motorisées en agitant une rame en l'air jusqu'à ce qu'une embarcation motorisée commence à se diriger vers lui. L'escorte qui dispose d'un cellulaire peut aussi appeler le 285-7737.
16. Tous les nageurs devront être hors de l'eau au plus tard à 13h30 ; des embarcations motorisées récupéreront les nageurs qui ne seront pas encore entrés à ce moment, après en avoir reçu directive du directeur de la course.
17. Toute embarcation motorisée doit naviguer de façon à éviter que les gaz d'échappement n'incommodent les nageurs et arrêter son hélice lorsqu'à moins de 3 mètres d'un nageur.
18. Le nageur qui abandonne la course, doit se présenter le plus tôt possible au directeur de la course, Christian Ross

