

2020 66<sup>e</sup>



Traversée internationale  
du *lac St-Jean*



**Fina**  
MARATHON SWIM  
WORLD SERIES  
*Open Challenge*

## Bulletin d'information pour athlètes désirant participer aux compétitions de nage en eau libre de 1, 2, 5 et 10 km Uniprix dans le cadre de la 66<sup>e</sup> Traversée internationale du lac St-Jean

### Endroit

Le site de la Traversée internationale du lac St-Jean :

1130, boulevard Saint-Joseph  
Roberval (Québec) G8H 2L9  
Tél. : 418 275-2851  
Fax : 418 275-6062  
Site Internet : [www.traversee.qc.ca](http://www.traversee.qc.ca)  
Courriel : [traversee@traversee.qc.ca](mailto:traversee@traversee.qc.ca)

Le site est pourvu de stationnements à proximité et d'estrades avec vue sur la rade pouvant accueillir 3 500 personnes. Des installations sanitaires et de restauration sont également disponibles sur le terrain.

Toutes les épreuves sont encadrées par une équipe de sécurité complète et expérimentée.

### Éligibilité

Seuls les nageurs bien préparés et possédant un dossier médical adéquat peuvent participer aux épreuves de natation en eau libre. Tous les nageurs d'âge mineur doivent fournir une preuve d'acceptation parentale pour participer aux épreuves en eau libre.

Les nageurs membres « compétitifs » de la Fédération de natation du Québec peuvent prendre part à l'événement sans coûts additionnels. **Les nageurs n'étant pas membre de la FNQ ainsi que les maîtres-nageurs membres de la FNQ peuvent devenir membres pour l'événement en remplissant le formulaire d'adhésion par événement – membre individuel et en s'acquittant des frais de 15 \$ remis à la FNQ et qui leur permettront d'être assurés au même titre que les nageurs membres « compétitifs ».** Le formulaire est disponible en ligne <http://www.fnq.qc.ca/formulaires-eau-libre/>, et le sera également sur place le jour de l'événement.

### Inscriptions

#### **1, 2, 5 et 10 km :**

Il est possible de **s'inscrire à l'avance** afin de prendre part à ces compétitions. Un formulaire est disponible sur le site Internet de l'organisation ([www.traversee.qc.ca](http://www.traversee.qc.ca)). De plus, les athlètes peuvent **s'inscrire sur place**, le matin même des compétitions. Toutefois, le comité organisateur se réserve le droit de refuser des participants si le nombre d'inscriptions dépasse un niveau jugé sécuritaire.

Catégorie d'âge :	Voir tableau
Coût d'inscription :	25 \$ par épreuve
Heure d'inscription :	Voir tableau

### Catégories d'âge – 2020

La catégorie du nageur sera déterminée par son âge en date de la compétition à laquelle il participera. Toutes les épreuves seront nagées senior. La compilation des résultats sera réalisée selon les catégories d'âge suivantes :

Épreuve	Catégories
1 km	11-12-13 ans, 14-15 ans, 16-17 ans, 18 à 25 ans, 26 à 34 ans, 35 ans et plus
2 km	12-13 ans, 14-15 ans, 16-17 ans, 18 à 25 ans, 26 à 34 ans, 35 ans et plus
5 et 10 km	14-15 ans, 16-17 ans, 18 à 25 ans, 26 à 34 ans, 35 ans et plus

### Temps limite de compétition

Épreuve	Temps total
1 km	45 minutes
2 km	1 heure
5 km	2h30
10 km	4h

### Horaire de la journée du samedi 18 juillet 2020

Événement	Heure	Heure d'inscription
10 km	10h00	8h30 à 9h20
5 km	10h00	8h30 à 9h20
2 km	12h30	8h30 à 11h50
1 km	13h45	8h30 à 12h50
<b>Remise des médailles</b>	<b>14h45</b>	

### Trajet (triangle de 500 mètres)

Parcours en triangle 1, 2 et 3 dans la rade de Roberval (circuit fermé)

