

**2009 EASTERN/ATLANTIC DIVISIONALS**  
*Championnat de Division de L'Est du Canada 2009*

**Information Package #1**  
**Trousse d'information #1**

March 11-15, 2009  
Le 11 au 15 mars, 2009

Etobicoke Olympium Pool  
590 Rathburn Rd.  
Toronto, Ontario

Hosted by/Présenter par:  
Synchro Swim Ontario & Olympium Synchro



<b>General Information / Information Générale</b>	
<b>Date:</b>	March 11 – March 15, 2009 / 11 mars - 15 mars, 2009
<b>Location / Endroit:</b>	Etobicoke Olympium, 590 Rathburn Road, Toronto Ontario Telephone/Téléphone: 416.394.8811 Fax/Télécopieur: 416.394.8813
<b>Meet Managers / Gérantes de la Rencontre:</b>	Renata Regini & Marilee Kruspe  Eastern/Atlantic Divisionals 2009 c/o 22 Moccasin Trail Toronto, Ontario M3C 1Y7  Email/Courriel: <a href="mailto:aprekop@rogers.com">aprekop@rogers.com</a> Phone: 416-921-2408 or 647-262-0622 (cell) Fax: 905-271-3657
<b>Rules / Règlements:</b>	This meet is being conducted under C.A.S.S.A. Rules. Please refer to the Synchro Canada Rulebook, available at <a href="http://www.synchro.ca">www.synchro.ca</a>  Cette compétition est menée selon les règlements de l'ACNSA. Veuillez vous référer au manuel de règlements: <a href="http://www.synchro.ca">www.synchro.ca</a>
<b>Entry Forms / Formulaires d'inscription:</b>	All forms required for the 2009 Eastern/Atlantic Divisional Challenge will be included in Information Package #2.  Les formulaires requis pour le défi de la division de l'est de 2007 seront inclus dans la trousse d'information no 2.
<b>Entry Deadline / Date Limite d'inscription:</b>	Must be in the hands of the Meet Manager by: Doit parvenir à la gestionnaire de la compétition au plus tard:  Midnight / à minuit – <b>Friday, February 27, 2009 / vendredi, le 27 février, 2009</b>
<b>Late Entry Fee / Frais d'inscription en retard:</b>	Fee of \$100.00 CAD per routine for any late, incorrect and/or incomplete entries payable to Synchro Ontario (CASSA rule 5.1.5b)  Frais de 100\$ par routine pour toute inscription en retard et/ou incomplète payables à ordre de Synchro Ontario (règlement 5.1.5b de l'ACNSA)
<b>E-Mail Policy / Politique d'utilisation du courriel:</b>	Information Package #2, and other correspondence as required, will be sent by e-mail only. Complete e-mail addresses of all clubs from each province must be sent to: <a href="mailto:aprekop@rogers.com">aprekop@rogers.com</a> .



	<p>Trousse d'information #2, et au besoin toute autres correspondances, seront envoyées par courriel seulement. Les adresses de courriel complètes de tous les clubs de chaque province doivent être envoyées à: <a href="mailto:aprekop@rogers.com">aprekop@rogers.com</a>.</p>
<p><b>Communication:</b></p>	<p>All information packages, and other important communication will be available on Synchrono Canada's &amp; Synchrono Swim Ontario's website at: <a href="http://www.synchro.ca">www.synchro.ca</a> &amp; <a href="http://www.synchroontario.com">www.synchroontario.com</a></p> <p>Toutes les trousse d'information et les autres communications importantes seront accessibles sur le site web de Synchrono Canada et Synchrono Swim Ontario: <a href="http://www.synchro.ca">www.synchro.ca</a> &amp; <a href="http://www.synchroontario.com">www.synchroontario.com</a></p>
<p><b>Language Policy / Langues officielles:</b></p>	<p>All official information packages will be provided in both French and English. All event announcements will be made in English. If a French speaking person is available, they will also be made in French. All scores will be announced in English, with routine and championships scores announced in French as well.</p> <p>Tous les dossiers d'information seront transmis en français et en anglais. Toutes les annonces concernant les épreuves seront faites en anglais. Si une personne d'expression française est disponible, elles seront aussi faites en français. Tous les résultats seront annoncés en anglais, les résultats des routines et de championnat seront aussi annoncés en français.</p>
<p><b>Figure Draw / Pige des figures</b></p>	<p>Figure draws will be conducted as per Synchrono Canada rules. Les figures seront présentées selon les règlements de Synchrono Canada.</p>
<p><b>Athlete Hospitality / Hospitalité de l'athlète:</b></p>	<p>Mandatory athlete hospitality will be offered during figures. All other meals are the responsibility of the swimmers / teams.</p> <p>Durant les figures, un repas sera fourni. Tout autre repas sont la responsabilité des nageurs / équipes.</p>

<p><b>Music / Musique:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>All music tapes/CDs MUST be handed in at time of registration.</b></li> <li>• Two copies of each tape/CD are required: One marked COMPETITION, one marked DOUBLE.</li> <li>• These tapes/CD cannot be used for practice and can only be retrieved through the meet manager.</li> <li>• Each tape/CD must include the swimmers name, event, age group, club and length of music.</li> <li>• Labels will be on the top of the tape/CD case and on the tape/CD itself.</li> <li>• Only one piece of music is allowed on each tape/CD.</li> <li>• During music practice, it is the coach's responsibility to inform the music manager of any volume adjustments required.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Toutes les cassettes doivent être remises en même temps lors de l'accréditation.</b></li> <li>• 2 copies de cassettes ou CD sont exigées et doivent être identifiées comme suit: COMPÉTITION et DOUBLE.</li> <li>• Ces copies ne peuvent pas être utilisées pour les pratiques et ne peuvent être retirées que par la gérante de compétition.</li> <li>• L'identification des cassettes ou CD doit comprendre le nom des concurrentes, l'épreuve, le groupe d'âge, le club et la durée de la musique.</li> <li>• L'étiquette d'identification doit apparaître sur le dessus de la boîte de cassette ou CD et sur la cassette ou le cd lui-même.</li> <li>• La cassette ou CD doit contenir une seule pièce de musique.</li> <li>• Durant les pratiques avec musique, c'est la responsabilité de l'entraîneur d'informer le responsable de la musique des ajustements de volume.</li> </ul>
<p><b>Routines:</b></p>	<p>All routines must enter from the bulkhead of the pool. Swimmers should leave the water and present their final poses facing the spectator gallery. See pool layout. All routine events will be held in the Competition Pool divided by the bulkhead to create a competition area of:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Width: 22.86 M</li> <li>- Length: 25.0 M</li> <li>- Depth: 5.03 M</li> </ul> <p>Toutes routines doivent débiter sur le pont de la piscine. Les concurrents doivent quitter le bassin et effectuer leur pose finale face aux estrades. Voir le plan de la piscine. Toutes les épreuves de routine seront tenues dans le bassin de compétition délimité par le pont et les drapeaux:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Largeur: 22.86 M</li> <li>- Longueur: 25.0 M</li> <li>- Profondeur: 5.03 M</li> </ul>

<p><b>Results / Résultats:</b></p>	<p>One copy of results for each event will be placed in club folders on deck; results will also be posted on the wall by the pool access to change rooms and on the wall outside the cafeteria on the second floor of the Olympium. Extra copies of results will be available for purchase at the admission table outside the spectator gallery.</p> <p>Une copie des résultats de chaque évènement sera placée sur les tables, afficher sur les murs de la piscine et dans la cafétéria au deuxième étage du complexe Olympium. Vous pouvez vous procurer d'une copie des résultats sur la galerie des spectateurs.</p>
<p><b>Athlete &amp; Coach Information / Information pour les entraîneurs et athlètes:</b></p>	<p>Registration packages can be picked up during registration hours. Refer to the 'Scheduled Meeting and Registration' section of this package for more information. Change rooms for athletes are conveniently accessible from the main floor of the Etobicoke Olympium. Signs will be posted. The Olympium Cafeteria located on the 2nd floor of the Etobicoke Olympium will be open during the entire competition.</p> <p>Les feuilles d'inscriptions sont disponibles pendant les heures d'enregistrements. Pour plus de renseignements consulter la section de ce document sur les réunions prévues et l'enregistrement. Les vestiaires d'athlètes sont accessibles par le premier étage du complexe Olympium Etobicoke et seront indiquées par des pancartes. Le cafeteria d'Olympium est situé sur le deuxième étage de l'Olympium Etobicoke et sera ouvert durant toute la durée de la compétition.</p>
<p><b>Medical Services / Services Médicaux:</b></p>	<p>NLS trained lifeguards (accredited CPR, Basic First Aid, and water rescue) Onsite spine boards, oxygen therapy and automated external defibrillator available. Ambulance and Fire Departments within two blocks of the Competition Pool.</p> <p>Médecin disponible sur place durant la compétition Sauveteurs nationaux accrédités. Planche cervicale, oxygène et défibrillateurs disponibles. Ambulance et pompier à 2 immeubles du site de la compétition.</p>
<p><b>Food on Deck Policy / Politique pour nourriture sur le pont:</b></p>	<p>No food is allowed on deck, including the bleachers on deck. Athletes or coaches with food will be ejected from the deck. Food is allowed in the gallery.</p> <p>La nourriture n'est pas permise sur le pont, ou les gradins sur le pont. Athlètes ou entraîneurs avec la nourriture vont être expulsés du pont. La nourriture est permise dans la galerie.</p>

<b>Officials' Information / Information pour les officiels:</b>	<p>Transportation will be arranged to pick-up and deliver officials from the airport. Please ensure arrival and departure times are sent to the Meet Manager.</p> <p>Les transports seront disponibles lors de vos arriver et départ à l'aéroport. Assurez-vous d'envoyer vos heures et dates d'arrivée et départ à la gérante par courriel.</p>
<b>Information Table Hours / Heure d'ouverture de la table d'information:</b>	<p>TBA</p>
<b>Ticket Prices / Prix des billets d'admission:</b>	<p>\$8.00 per day / 8,00\$ par jour</p> <p>Children 5 and under, free / enfants 5 ans et moins, gratuit</p>

## **Officials & Athletes Hotel / Hôtel pour les athlètes et officiels**

The Official Hotel of the 2009 Eastern/Atlantic Divisional Challenge  
*Hôtel officiel du Championnat de Division de l'Est du Canada 2009*



**Sandalwood Suites Hotel Toronto Airport**  
**5050 Orbitor Dr**  
**Mississauga ON L4W 4X2**  
**Telephone: 1-905-238-9600**  
**Fax: 1-905-238-8502**  
**Toll Free: 1-800-387-3355**

**Rates/Tarif:    single/double \$109.00/night    109\$ par nuit (1-2 personnes par chambre)**  
**triple /quad \$120.00/night    120\$ par nuit (3-4 personnes par chambre)**

Stay at the Sandalwood Suites Hotel Toronto Airport and enjoy a unique hotel experience complete with great amenities, valued services and a devoted team of hotel professionals ready to meet all your needs. The well appointed suites feature a kitchenette with a microwave and fridge, each comfortably accommodating up to 4 people. Enjoy a complimentary deluxe continental breakfast each morning (6:00 - 9:30 am, Monday to Friday and from 7:00 - 10:00 am Saturday and Sunday) and indulge in a complimentary light supper from Monday to Thursday (5:30-7:00 PM).

À l'hôtel Sandalwood Suites Toronto Airport, nous tenons à cœur de combler tous vos besoins et vos attentes. Chaque chambre est équipée d'une cuisinette, avec micro-onde et réfrigérateur. Les chambres sont assez spacieuses pour 4 personnes. L'hôtel offre à ses clients un petit-déjeuner buffet gratuit tous les jours (6h-9h30 lundi à vendredi et 7h-10 h samedi et dimanche). Les repas légers en soirée sont aussi offerts du lundi au jeudi (17h30-19h).

### **Guest Services**

In addition to the complimentary meals, the following guest services are also offered:

- Complimentary newspaper available in the lobby
- Complimentary airport shuttle service Monday to Friday, 6:00 - 10:00am and 5:00 - 9:00pm
- Complimentary high speed internet access in guestrooms, meeting rooms and lobby
- Complimentary hotel parking
- Luggage storage and housekeeping services
- Restaurant delivery services
- Valet laundry service & on-site self serve laundry facilities
- Business services include: faxing, photocopying, printing & courier service
- Pet friendly

### **Services:**

- Journal quotidien à la réception
- Transport sans frais à/de  
et 17h-21h)

l'aéroport (lundi - vendredi 6h-10h



- Accès Internet haute vitesse aux chambres, aux salles de réunion et la réception
- Stationnement sans frais
- Consigne à bagages, service de ménage
- Restaurant et service aux chambres
- Nettoyage à sec et buanderie disponible aux invités
- Services: télécopier, photocopier, imprimer, courrier.
- Nous accueillons les animaux domestiques

**Other Amenities:**

- 24 hour fitness centre and convenience store
- Safety deposit box at front office
- ATM machine on site
- Stocked guest library

**Aménagements:**

- Centre de mise en forme (24h/jour)
- Coffrets de sûreté à la réception
- Guichets automatiques
- Bibliothèque disponible aux invités

**Hotel Location / Carte : De l'hôtel Sandeewood Suites**



**From Toronto Pearson International Airport**

Take Airport Road to Carlingview Drive. Turn right on Carlingview Drive. Turn right on Renforth Drive. Turn right on Eglinton Avenue. Hotel is 1 kilometre ahead on the right side.

**From the South**

Take the Gardiner/QEW to Highway 427 North. Exit at Eglinton Avenue West. Hotel is 2 kilometres ahead on the right side.

**From the East**

Take Highway 401 West and exit at Carlingview Drive. Turn left on Renforth Drive. Turn right on Eglinton Avenue. Hotel is 1 kilometre ahead on the right side.

**From the West**

Take Highway 401 East and exit at Renforth Drive South. Turn right on Eglinton Avenue. Hotel is 3 blocks ahead on the right side.

**De l'aéroport international Pearson de Toronto**

Prendre rue Airport jusqu'à Carlingview Drive. Tourner à droite sur Carlingview Drive. Tourner à droite sur Renforth Drive. Tourner à droite sur Eglinton Avenue. L'hôtel est à trois coins de rue plus loin sur la droite.

**Si vous arrivez par le sud**

Prendre le Gardiner/QEW jusqu'à l'autoroute 427 Nord. Sortir à Eglinton Avenue west. L'hôtel est à deux kilomètres sur le côté droit.

**Si vous arrivez par l'est**

Prendre l'autoroute 401 Ouest et sortir à Carlingview Drive. Tourner à gauche sur Renforth Drive. Tourner à droite sur Eglinton Avenue. L'hôtel est à trois coins de rue sur la droite.

**Si vous arrivez par l'ouest**

Prendre l'autoroute 401 Est et sortir à Renforth Drive sud. Tourner à droite sur Eglinton Avenue. L'hôtel est à trois coins de rue sur la droite.



## Other Local Hotels / Autres hôtels locaux



Valhalla Inn Toronto  
1 Valhalla Inn Rd  
(Highway 427 & Burnhamthorpe Rd)  
Toronto ON M9B 1S9  
Telephone: 1-416-239-2391  
Fax/ télécopieur: 1-416-239-8764  
Toll Free: 1-800-268-2500  
E-mail: [reservations@valhalla-inn.com](mailto:reservations@valhalla-inn.com)  
Website: [www.valhalla-inn.com](http://www.valhalla-inn.com)



Best Western Travel Inn Toronto Airport  
5503 Eglinton Ave W  
Toronto ON M9C 5K5  
Telephone: 1-416-620-1234  
Fax/ télécopieur: 1-416-620-1652  
Toll Free: 1-866-459-1234

0.8 kilometer(s) from Olympium Swimming Pool

- It is the individual club's responsibility to book their own accommodations.  
Chaque club est responsable des réservations d'hébergement pour leur délégation.
- All participants are responsible for their own transportation from the airport to the hotel and from the hotel to the pool.  
Tous les participants sont responsables de leur transport de l'aéroport à l'hôtel et de l'hôtel à la piscine.

## Tentative Schedule / Horaire Préliminaire

(Based on 2008 schedule / horaire de 2008)

### Wednesday March 11 / Mercredi 11 mars

<i>Club Spacing/Pratique de club</i>	07:00 - 11:00
Warm Up/Échauffement	11:10 - 11:30
<b>Duet prelim, Tier 6, 15&amp;U/Prélim Duo, Grade 6, 15&amp;-</b>	<b>11:35 - 14:15</b>
Warm Up/ Échauffement	14:15 - 14:35
<b>Duet prelim, Tier 6, 16&amp;O/Prélim Duo, Grade 6, 16&amp;+</b>	<b>14:40 - 16:15</b>
Break/Pause	16:15 - 17:15
Warm Up/ Échauffement	16:55 - 17:15
<b>Duet prelim, Tier 7, Junior/Prélim Duo, Grade 7, Junior</b>	<b>17:20 - 19:30</b>
Warm Up/ Échauffement	19:30 - 19:50
<b>Senior Technical Team/Equipe Senior Technique</b>	<b>19:55 - 20:10</b>
Warm Up/Echauffement	20:10 - 20:30
<b>Combo Finals, Tier 6/Finale Combiné Libre, Grade 6</b>	<b>20:35 - 21:35</b>
<b>Combo Finals, Tier 7/Finale Combiné Libre, Grade 7</b>	<b>21:40 - 22:05</b>

### Thursday March 12 / Jeudi 12 mars

Warm Up/ Échauffement	07:00 - 07:20
<b>Solo prelim Tier 6, 15&amp;U/Prélim Solo, Grade 6 15&amp;-</b>	<b>07:25 - 10:00</b>
Warm Up/ Échauffement	10:00 - 10:20
<b>Senior Solo Technical/Solo Senior Technique</b>	<b>10:25 - 10:45</b>
Warm up/ Échauffement	10:45 - 11:05
<b>Solo Prelim, Tier 6, 16&amp;O/Prélim Solo, Grade 6, 16&amp;+</b>	<b>11:10 - 12:25</b>
Break/Pause	12:25 - 13:25
Warm Up/ Échauffement	13:05 - 13:25
<b>Senior Duet Technical/Duo Senior Technique</b>	<b>13:30 - 14:00</b>
Warm Up/ Échauffement	14:00 - 14:20
<b>Team prelim, Tier 6 15&amp;U/Prélim Equipe, Grade 6 15&amp;-</b>	<b>14:25 - 16:00</b>
Break/Pause	16:00 - 17:00
Figures, Tier 7, Junior/Figures imposées, Grade 7, junior	
Warm Up 1st ½ Competitors/ Échauffement 1 <sup>ière</sup> ½ nageuses	17:00 - 17:20
Warm Up 2nd ½ Competitors/ Échauffement 2 <sup>ième</sup> ½ nageuses	17:20 - 17:40
<b>Figures, Tier 7, Junior/Figures imposées, Grade 7, junior</b>	<b>17:50 - 20:15</b>

### Friday March 13 / Vendredi 13 mars

Figures, Tier 6, 15&U/Figures imposées, Grade 6 15&-	
Warm up 1st ½ Competitors/ Échauffement 1 <sup>ière</sup> ½ nageuses	07:00 - 07:20
Warm up 2nd ½ Competitors/Echauffement 2 <sup>ième</sup> ½ nageuses	07:20 - 07:40
<b>Figures, Tier 6, 15&amp;U/Figures, Grade 6 15&amp;U-</b>	<b>07:50 - 11:30</b>
Figures, Tier 6 16&O/Figures imposées, Grade 6, 16&+	
Warm up 1st ½ Competitors/Echauffement 1 <sup>ière</sup> ½ nageuses	11:30 - 11:50
Warm up 2nd ½ Competitors/Echauffement 2 <sup>ième</sup> ½ nageuses	11:50 - 12:10
<b>Figures, Tier 6, 16&amp;O/Figures, Grade 6 16&amp;+</b>	<b>12:20 - 14:40</b>
Break/Pause	14:40 - 15:40
Warm Up/Echauffement	15:20 -



<b>Solo Prelim, Tier 7, Junior/Prélim Solo, Grade 7, Junior</b>	<b>15:45 - 17:15</b>
Warm Up/Echauffement	17:15 - 17:35
<b>Team Prelim, Tier 6, 16&amp;O/Prélim Equipe, Grade 6, 16&amp;+</b>	<b>17:40 - 18:50</b>
Break/Pause	18:50 - 19:20
Warm Up/Echauffement	19:20 - 19:40
<b>Select Team Finals, Tier 6-7/Finale Equipe Selecte, Grade 6-7</b>	<b>19:45 - 19:50</b>
<b>Team Prelim, Tier 7, Junior/Prélim Equipe, Grade 7, Junior</b>	<b>19:55 - 20:55</b>

**Saturday March 14 / Samedi 14 mars**

Warm Up/Echauffement	07:30 - 07:50
<b>Duet Finals, Tier 6, 16&amp;O/Finale Duo, Grade 6, 16&amp;+</b>	<b>07:55 - 09:25</b>
Warm Up/Echauffement	09:25 - 09:45
<b>Duet Finals, Tier 6, 15&amp;U/Finale Duo, Grade 6, 15&amp;-</b>	<b>09:50 - 11:20</b>
Warm Up/Echauffement	11:20 - 11:40
<b>Duet Finals, Tier 7, Junior/Finale Duo, Grade 7 Junior</b>	<b>11:45 - 13:15</b>
Break/Pause	13:15 - 14:15
Warm Up/Echauffement	13:55 - 14:15
<b>Senior Solo Free, Tier 7/Solo Senior Libre, Grade 7</b>	<b>14:20 - 14:45</b>
Warm Up/Echauffement	14:45 - 15:05
<b>Solo Finals, Tier 6, 16&amp;O/Finale Solo, Grade 6, 16&amp;+</b>	<b>15:10 - 16:10</b>
Warm Up/Echauffement	16:10 - 16:30
<b>Team Finals, Tier 7, Junior/Finale Equipe, Grade 7, Junior</b>	<b>16:35 - 17:20</b>
Break/Pause	17:20 - 18:20
Warm Up/Echauffement	18:00 - 18:20
<b>Solo Finals, Tier 6, 15&amp;U/Finale Solo, Grade 6, 15&amp;-</b>	<b>18:25 - 19:40</b>
Warm Up/Echauffement	19:40 - 20:00
<b>Team Free, Tier 7, Senior/Equipe Libre, Grade 7, Senior</b>	<b>20:05 - 20:20</b>

**Sunday March 15 / Dimanche 15 mars**

Warm Up/Echauffement	07:30 - 07:50
<b>Solo Finals, Tier 7, Junior/Finale Solo, Grade 7, Junior</b>	<b>07:55 - 09:10</b>
Warm Up/Echauffement	09:10 - 09:30
<b>Duet Finals, Tier 7, Senior/Finale Duo, Grade 7, Senior</b>	<b>09:35 - 10:10</b>
Warm Up/Echauffement	10:10 - 10:30
<b>Team Finals, Tier 6, 15&amp;U/Finale Equipe, Grade 6, 15&amp;-</b>	<b>10:35 - 11:55</b>
Warm Up/Echauffement	11:55 - 12:15
<b>Team Finals, Tier 6, 16&amp;O/Finale Equipe, Grade 6, 16&amp;+</b>	<b>12:20 - 13:40</b>

*Awards/Remise des prix* 14:00 - 15:00

\*\*\* Due to lack of time there will only be practice time for teams and combos/  
 Due au manque de temps, il y aura des temps de pratique que pour les équipes et les combines libres



# Etobicoke Olympium Pool Layout

## Plan de la piscine Etobicoke Olympium

