

# Cahier de charge

Mise à jour 12 janvier 2025



**Le dimanche 9 février 2025**  
**Parc du Mont-Royal, Montréal**

Nos partenaires

**Montréal** 



**CRAFT** 

BOUTIQUE  
**COURIR**  
INFINIMENT SPORT



Propulsé par



Avec la contribution financière de





Le Club Ski de Fond Montréal invite les skieurs à participer à la 4<sup>e</sup> édition de la Coupe du mont Royal, au centre-ville de Montréal. Nous sommes ravis de pouvoir accueillir tous les amateurs de ski de fond au parc du Mont-Royal. Cet événement prendra la forme d'une course de ski de fond en style pas de patin et s'adresse aux skieurs de 6 ans et plus, avec ou sans expérience de course. La distance minimale est de 1,4 km.

Date : dimanche 9 février 2025 (date de reprise 16 février 2025)

Heure du premier départ : 10h30 au Parc du Mont-Royal.

Inscription obligatoire. Nombre limité de places.

**Nous avons hâte de vous voir !**



Ski de fond Montréal est heureux de s'associer au Club Fondeurs Laurentides et Ski de fond Sud-Ouest pour l'organisation des Finales régionales des Jeux du Québec pour les régions: Montréal, Bourassa, Lac Saint-Louis, Laval, Sud-Ouest et Laurentides. Les athlètes désirant se qualifier doivent participer aux deux épreuves suivantes :

1. Épreuve **style classique** : Coupe de Fondeurs du 25 janvier à St-Jérôme  
[Consulter l'avis de course des Fondeurs ici.](#)
2. Épreuve **style libre** : Coupe du mont Royal du 9 février à Montréal

# Informations générales

NOM DE LA COMPÉTITION	Coupe du mont Royal
CLUB-HÔTE	Ski de Fond Montréal, 4955 Av Glencairn, Montréal, QC H3W 2B1
SITE DE LA COMPÉTITION	Parc du Mont-Royal, Montréal, QC (secteur piedmont) Avenue du Parc, Montréal, QC, H2W 1S8 <a href="https://goo.gl/maps/ZSvru1NMdDXFBbtX8">https://goo.gl/maps/ZSvru1NMdDXFBbtX8</a>
STATIONNEMENT <u>gratuit à l'aréna Mc Connell</u>	Tous les participants et bénévoles sont invités à stationner leur voiture dans le stationnement de l'aréna Mc Connell de l'Université McGill (voir le plan en annexe). <b>En arrivant, prenez un ticket à l'entrée du stationnement. Puis, récupérez votre ticket gratuit au secrétariat. Utilisez le ticket gratuit à la sortie du stationnement.</b>
ACCÈS AUX PISTES POUR LE PUBLIC	Les sentiers seront accessibles à la clientèle régulière à partir de 14h30
DATE DE LA COURSE	9 février 2025 de 9h30 à 13h (date de reprise le 16 février 2025)
PROGRAMME	Course régionale 7 à 14 ans Jeux du Québec en style libre, départ de masse. <b>Années de naissance : 2010 à 2017 inclusivement.</b>  Course régionale 15 ans et plus en style libre, départ de masse.  Randonnée populaire en style libre, départ de masse, sans chronométrage. <b>Ouvert à tous, inscription obligatoire.</b>
SANCTION	Ski de fond Québec
ADMISSIBILITÉ	Les participants doivent : - Avoir une licence provinciale de course (SFQ) ou acheter une licence d'un jour à 5\$ au moment de l'inscription ou avoir une licence d'État (É.-U.); Les athlètes canadiens hors-Québec doivent détenir une licence annuelle canadienne ou une licence d'un jour (SMDL).
MESURES DE CONTINGENCE	Tout changement dans le lieu ou dans l'horaire de l'événement sera diffusé dès qu'il sera connu sur la page de l'événement sur zone 4. Si nécessaire, une décision d'annulation ou de changement de site sera prise par le comité organisateur au plus tard le 7 février sur recommandation du jury.  En cas d'annulation, nous rembourserons les inscriptions moins les frais engagés par le comité organisateur.

<b>Comité organisateur</b>	
<b>Poste</b>	<b>Nom</b>
Président	Stéphane Mélançon
Trésorier	Dominique McNeely
Secrétaire	Milèva Camiré
Coordonnatrice des bénévoles	Krista Leitham
Protocole et communications	Mélany Mathieu
Relation avec la communauté	Nicolas Brouard
Sécurité	Juan David Leiva 514-743-1039 ou 438-402-4637

<b>Comité de compétition</b>	
Directeur des compétitions	Mathieu Arcand
Secrétaire d'épreuve	Milèva Camiré
Chef de parcours	Normand Long et Stéphane Barrette
Chef de stade	Mathieu Arcand, Frederick Prigge et Jean-François Brunette
Chefs du plateau de départ	Éloïse Cantin et Dominique McNeely
Chefs des contrôleurs	Melany Mathieu
Chef du chronométrage	Nicolas Brouard
Responsable zone4	Nicolas Brouard
Délégué technique	Mathieu Arcand

<b>Jury</b>	
Chef de compétition	Mathieu Arcand
Chef du chronométrage	Nicolas Brouard
Chef de parcours	Normand Long

<b>Communications</b>	
Toutes les communications se feront par courriel. Tous les inscrits (participants, entraîneurs et accompagnateurs) recevront les communications concernant l'évènement. Toutes les communications officielles se feront en français.	
Site web	<a href="https://www.skidefondmontreal.ca/coupe-du-mont-royal-2025/">https://www.skidefondmontreal.ca/coupe-du-mont-royal-2025/</a>
Inscription en ligne	<a href="https://zone4.ca/register.asp?id=37835">https://zone4.ca/register.asp?id=37835</a>
Facebook	<a href="https://www.facebook.com/skidefondmontreal">https://www.facebook.com/skidefondmontreal</a>

**Calendrier des activités**

Du 4 au 8 février		DAMAGE DU PLATEAU (équipe du parc du Mont-Royal)
Jeudi 6 février	23h59	Fin de la période d'inscription
Vendredi 7 février	23h59	Date limite pour réserver un espace pour une remorque de fartage Décision si l'événement est annulé
Samedi 8 février	13h00	Installation du matériel
	20h00	Rencontre virtuelle des entraîneurs sur Zoom (lien à venir). Liste de départ par catégorie affichée uniquement sur zone 4. Corrections de dernières minutes.
Dimanche 9 février	9h30	Ouverture du secrétariat
	9h45 à 10h15	Ouverture du parcours pour entraînement
	10h30	Premier départ
Renseignements		Éloïse Cantin Cellulaire : 514-575-9059 Courriel : <a href="mailto:dq@skidefondmontreal.ca">dq@skidefondmontreal.ca</a> Site internet : <a href="https://www.skidefondmontreal.ca">https://www.skidefondmontreal.ca</a>

# Programme des courses



**FINALE RÉGIONALE  
JEUX DU QUÉBEC**  
MONTREAL

## Départ de Masse - Style LIBRE

Catégories par année de naissance	Sexe	Distance	Heure de départ
2010-2011-2012	M	5,25km (3 x 1,75km)	À confirmer
2010-2011-2012	F		À confirmer
2013-2014-2015	M	3,5km (2 x 1,75km)	À confirmer
2013-2014-2015	F		À confirmer
2016-2017	M + F	1,4km	À confirmer

Note : Le positionnement sur la ligne de départ sera fait par tirage au sort.



## Coupe du mont-Royal Départ de Masse - Style LIBRE

Catégories	Sexe	Distance	Heure de départ
M16-M18-M20-M23	F	9km (4 x 2,25km)	À confirmer
M16-M18-M20-M23	M		À confirmer
Maîtres	F et M	9km (4 x 2,25km)	À confirmer

Note : Le positionnement sur la ligne de départ sera fait en fonction de la liste de points canadiens (LPC). Ceux qui ne sont pas sur la LPC seront classés à la suite selon un tirage au sort. Les participants qui seront inscrits en retard ne pourront pas bénéficier d'un classement préférentiel.



## Coupe du mont-Royal Départ de Masse - Style LIBRE

Catégories	Sexe	Distance	Heure de départ
6 ans et plus	MIXTE	1,4km (1 tour de la piste 7)	12h45

Note : L'ordre de départ sera géré entre les participants de façon à ce que les plus rapides soient en premier.

Note 1 : Les heures de départ seront publiées prochainement. Le premier départ est prévu à 10h30. Les distances et le format de course pourraient changer en fonction du niveau de neige. Chaque personne inscrite sera informée des changements par courriel.

Note 2 : les compétitions peuvent être devancées, reportées ou annulées en raison de la température ou de conditions météorologiques défavorables ou dangereuses.

### Partage

**L'utilisation de fart fluoré ou de produits contenant du fluor est interdit. Des tables de fartage seront disponibles à l'extérieur. Un espace chauffé sera accessible. Quelques prises électriques seront disponibles.**

# Inscription

Frais d'inscription par année de naissance	Frais incluant le stationnement (veuillez devrez récupérer votre coupon au secrétariat avant de quitter)
De 2012 à 2016	25\$ (stationnement inclus)
De 2004 à 2011	30\$ (stationnement inclus)
Avant 2004	35\$ (stationnement inclus)
Licence de course	Les participants n'ayant pas de licence de course devront acheter une licence d'un jour au coût de 5\$. Ces frais seront automatiquement calculés au moment de l'inscription.

Inscription en ligne seulement	<p><a href="https://zone4.ca/register.asp?id=37835">https://zone4.ca/register.asp?id=37835</a></p> <p>Aucune inscription sur place ne sera acceptée.</p> <p>Le site internet Zone4 accepte les paiements par cartes de crédit. Chaque participant doit payer ses frais au moment de son inscription. Une confirmation d'inscription sera affichée directement sur le site de zone4. Chaque participant doit également accepter les reconnaissances de risques qui accompagnent l'inscription.</p>
Période d'inscription	Jusqu'au 7 février 2025 à 23h59 (heure de Montréal).
Inscription tardive	Des frais de retard de 40\$ par participant seront exigés pour une inscription après le 7 février.
Date de reprise et remboursement	<p>En cas de mauvais temps, la course sera reportée au 16 février 2025.</p> <p>En cas d'annulation de l'événement, un remboursement sera effectué par le comité organisateur, moins les frais d'administration. Aucun remboursement ne sera effectué si un participant ne se présente pas.</p>
Bénévolat	Le bénévolat est une excellente façon d'être au cœur de l'action. Si vous avez du temps à donner le 9 février, <a href="#">veuillez-vous inscrire ici.</a>
Nous joindre	<a href="mailto:course@skidefondmontreal.ca">course@skidefondmontreal.ca</a>

#### Parcours et stade

Le parcours empruntera le sentier de ski de fond no7 du parc du mont-Royal. Le plan du parcours et du stade figure en annexe. Des changements sont possibles selon le niveau d'enneigement.

#### Ravitaillement et collations

Chaque personne est responsable d'amener de quoi boire et manger.

#### Résultats

Le chronométrage officiel sera effectué avec les puces électroniques de Zone4. Les données seront gérées par Zone4. La diffusion en direct des résultats se fera sur Zone 4. Les résultats officiels et officiels seront publiés uniquement sur Zone 4. Il n'y aura pas de tableau d'affichage.

Les protêts devront être soumis conformément au CCR 361.

#### Remises des médailles – Finale régionale des Jeux du Québec

Des médailles seront remises aux trois premiers pour chaque année de naissance. La remise de médailles aura lieu après chaque course, dès que les résultats non officiels seront disponibles.

#### Remises des médailles – Coupe du mont Royal

Des médailles seront remises aux trois premières femmes et aux trois premiers hommes pour chaque catégorie d'âge suivante : M16, M18, M20, M23 et Maîtres. La remise de médailles aura lieu après chaque course, dès que les résultats non officiels seront disponibles.

#### BOURSES M20 et M23 H et F

Des bourses de 200\$, 100\$ et 50\$ seront remis aux trois premiers skieurs de chaque catégorie M20 et M23 homme et femme.

#### Remise des prix de présence

Des prix de présence seront tirés au hasard parmi les participants inscrits. Les gagnants pourront réclamer leur prix au secrétariat le jour de la compétition.

#### Stationnement

Tous les participants et bénévoles sont invités à stationner leur voiture dans le stationnement de l'Aréna McConnell de l'Université McGill : 3883 Rue University, Montréal, QC H2W 1S8. Pour obtenir la gratuité de stationnement, veuillez récupérer votre coupon au secrétariat.

#### Spectateurs

Les spectateurs et les accompagnateurs sont tenus de respecter les consignes de sécurité.

#### Premiers soins

En cas d'incident, les premiers soins seront prodigués par un intervenant. Au besoin, cet intervenant communiquera avec les ambulanciers pour avoir accès à des soins plus avancés.

### Dossards

Les dossards seront distribués à une table à l'extérieur à partir de 9 h 30. Les dossards seront triés et distribués par équipe ou par club ou par participant.

Les athlètes devront déposer leur dossard dans un bac extérieur à la fin de leur course.

Des frais de remplacement de 100 \$ seront facturés au club, à l'équipe ou au participant qui est responsable du dossard perdu ou manquant.

### Puces électroniques (transpondeurs)

Des transpondeurs seront utilisés pour toutes les courses. Ils seront remis aux participants avant leur course près de l'aire de départ environ 15 minutes avant le premier départ de chaque course. Les athlètes placeront eux-mêmes leur puce.

Les athlètes devront déposer leur puce dans un bac extérieur à la fin de leur course.

Des frais de remplacement de 100 \$ seront facturés au club, à l'équipe ou au participant pour chaque transpondeur perdu ou manquant.

### Normes techniques

L'événement sera guidé par les normes techniques provenant des ICR-RCC [Règlement des compétitions canadiennes](#) 2021 de Nordiq Canada.

### Fartage

**L'utilisation de fart fluoré ou de produits contenant du fluor est interdit. Chaque participant sera responsable de son fartage. Aucun espace chauffé ne sera accessible. Quelques prises électriques seront disponibles.**

Un espace pour des remorques sera disponible. Une alimentation électrique de 15 amp sera disponible. L'utilisation de génératrice est interdite dans le périmètre du parc. Réserver votre espace avant le 26 janvier à [course@skidefondmontreal.ca](mailto:course@skidefondmontreal.ca)

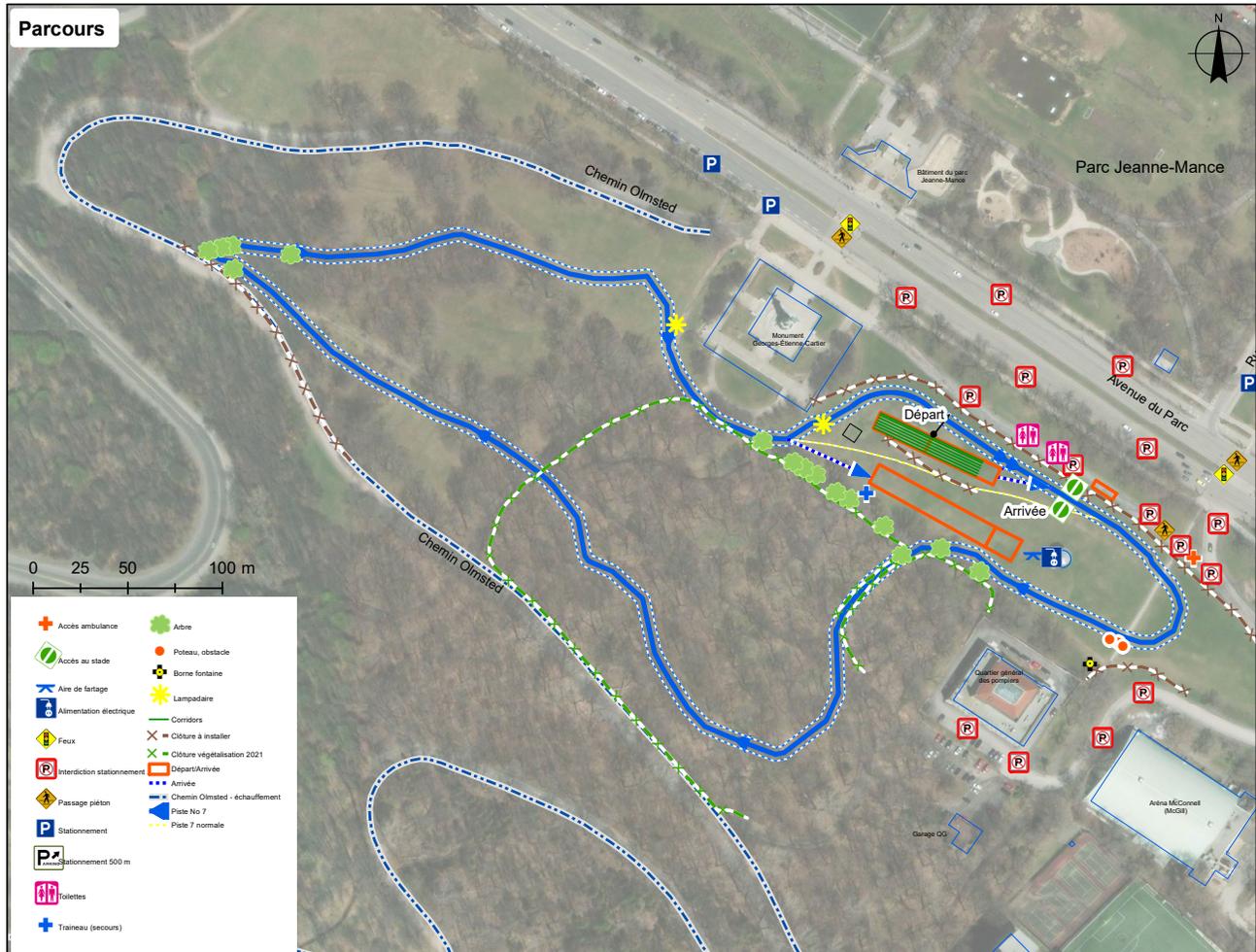
### Échauffement

Le sentier de ski du chemin Olmstead pourra servir de zone d'échauffement pour les skieurs. Il est important de considérer que ce sentier demeurera ouvert au public. Tous les skieurs doivent partager cordialement le sentier.

### Infraction d'un participant durant la course

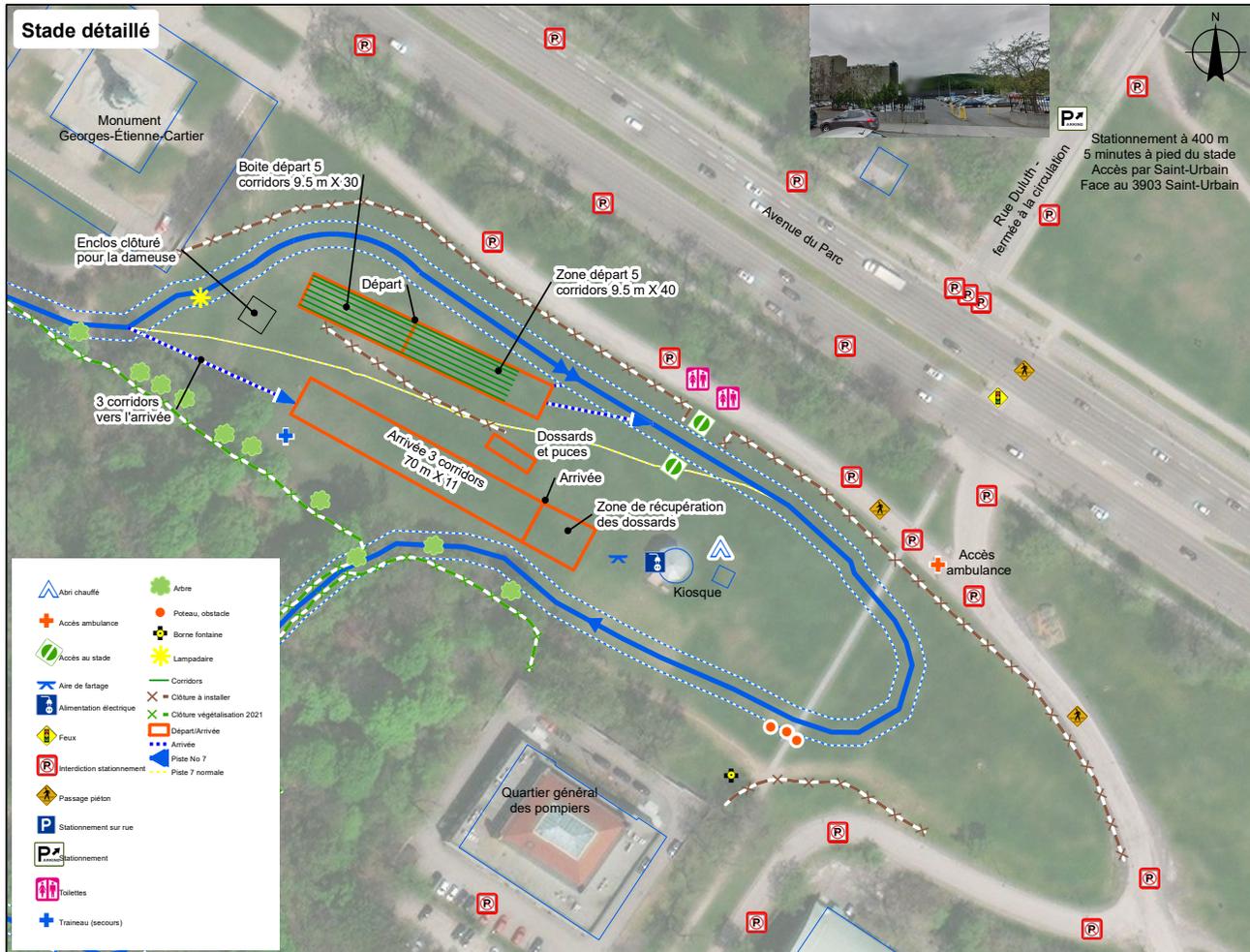
Une pénalité de temps sera donnée à tout participant qui ne respecte pas les règlements. Une disqualification est possible dans le cas d'un non-respect du parcours. Toutes les infractions seront soumises au jury.

# Plan du site (version préliminaire)

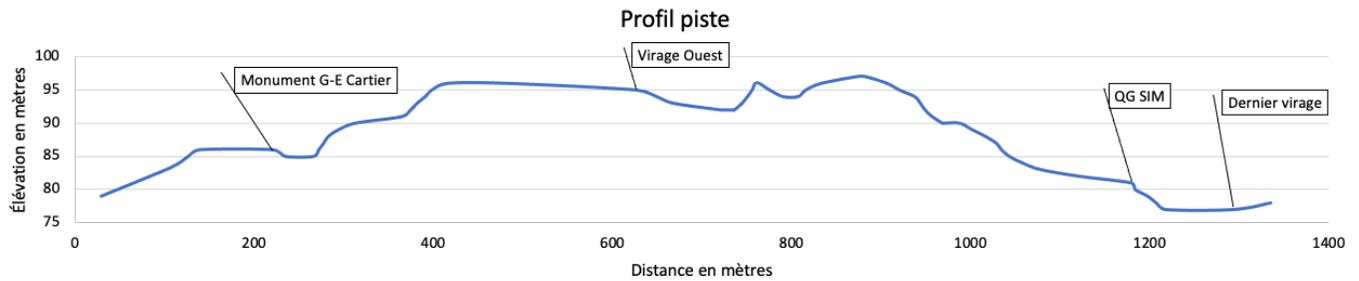


# Stade

(version préliminaire)



# Profil du parcours



Montée totale : 26m

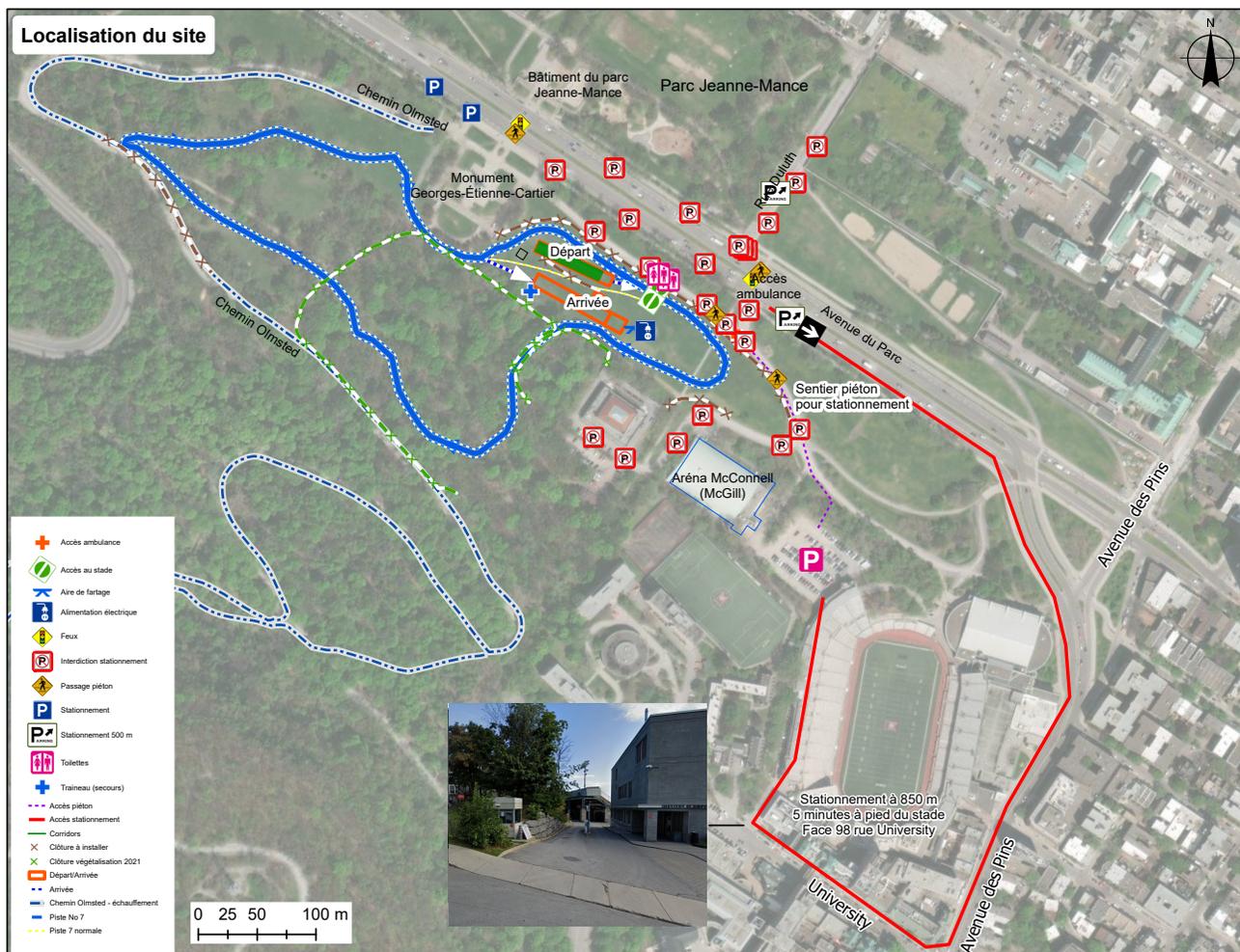
Montée maximum : 11m

Élévation minimum : 77m

Élévation maximum : 97m

# Plan d'accès au stationnement

Tous les participants et bénévoles sont invités à stationner leur voiture dans le stationnement de l'aréna Mc Connell de l'Université McGill (voir le plan en annexe). En arrivant, prenez un ticket à l'entrée du stationnement. Puis, récupérez votre ticket gratuit au secrétariat. Utilisez le ticket gratuit à la sortie du stationnement.



# Horaire – Coupe du mont Royal

<b>Lundi 3</b>		Affichage de la tenue de la course au Parc du Mont-Royal Test du système de chronométrage et du site zone 4
<b>Mercredi 5</b>	19h00	Damage du parcours par l'Équipe du parc du Mont-Royal Rencontre comité de course
<b>Jeudi 6</b>	20h00 23h59	Damage du parcours par l'Équipe du parc du Mont-Royal Rencontre avec les bénévoles Fermeture des inscriptions
<b>Vendredi 7</b>	9h00 15h00  20h00	Damage du parcours par l'Équipe du parc du Mont-Royal Rencontre contremaitre du Parc du Mont-Royal Récupération des radios portatives et systèmes audios Livraison des 2 toilettes Récupération des clés du kiosque MR Production des listes de départ Réservation d'un espace pour une remorque Message aux participants avec les derniers détails
<b>Samedi 8</b>	14h00  20h00	Damage du parcours par l'Équipe du parc du Mont-Royal Rencontre au Parc du Mont-Royal pour disposer les barricades selon le plan Rencontre avec les bénévoles pour leur indiquer leurs tâches Distribution des radios portatives Récupération du système de sonorisation Rencontre virtuelle des entraîneurs sur Zoom (lien à venir). Publication des listes de départ sur zone 4 Corrections de dernières minutes.
<b>Dimanche 9</b>	7h00  8h00 9h30 9h45 10h15 10h30 13h00 14h00	Traçage du parcours et du plateau de départ et d'arrivée Accréditation des bénévoles Début du montage (arrivée des bénévoles) Arrivée de la remorque SFM Débarer les 2 toilettes Relier les barricades, installer les 6 drapeaux et les 10 bannières Passage des fils électriques, enfouir les fils sous la neige, installer les passes-fils Aménager l'espace de remise des médailles Installer le système de sonorisation et tests Disposition des tables, du matériel Aménagement du parcours et signalisation, v-board Délimiter les plateaux de départ et d'arrivée, chronomètres Livraison du matériel par la Ville de Montréal Ouverture du secrétariat : remise des dossiers Ouverture du parcours pour entraînement Fermeture du parcours Premier départ Démontage du site, récupération du matériel dans la remorque SFM Barrer les 2 toilettes et laisser les clés à l'intérieur Récupération du matériel par la Ville de Montréal
<b>Lundi 10</b>	9h00	Récupération des toilettes

# Nos partenaires

Le comité organisateur de la Coupe du mont Royal tient à remercier les partenaires de cette quatrième édition. Leur soutien à la communauté de ski de fond montréalaise a rendu possible cet événement.

## Montréal



**CRAFT** 

BOUTIQUE  
**COURIR**  
INFINIMENT SPORT



Propulsé par



Avec la contribution financière de

