



SKI DE FOND QUÉBEC

FÉDÉRATION SPORTIVE FÉDÉRATION DE PLEIN AIR ORGANISME NATIONAL DE LOISIR
MANDATAIRE OFFICIEL DU RÉSEAU NATIONAL DE PLEIN AIR EN SKI DE FOND

ÉQUIPE DU QUÉBEC 2023-2024

Exigences et conditions inhérentes de l'Équipe du Québec

Du 1^{er} juin 2023 au 31 mai 2024

Ski de fond Québec (SFQ) s'engage à :

- 1- Identifier officiellement l'athlète dans l'Équipe du Québec auprès d'organismes publics ou privés pouvant soutenir des athlètes de niveau national et/ou international junior et M23.
- 2- Assurer le suivi de l'état de santé et de l'état d'entraînement de l'athlète : facilitation de l'évaluation médicale présaison, coordination des évaluations physiques présaison (juin), des évaluations posturales et fonctionnelles et de la prescription d'exercices correctifs et d'activation qui s'ensuit (juin et novembre). SFQ défrayera les coûts de ces évaluations.
- 3- Distribuer les vêtements officiels de l'Équipe du Québec, incluant survêtement, combinaison de course et manteau d'équipe (manteau d'hiver). L'athlète conserve tous ces vêtements. Si l'athlète a déjà des vêtements car il faisait partie de l'Équipe l'année précédente, il est possible qu'il ne reçoive pas de nouveaux vêtements si la collection annuelle est identique ou similaire à celle de l'année précédente.
- 4- Faire profiter l'athlète de toutes les ententes négociées par SFQ avec ses fournisseurs et commanditaires, le cas échéant. Les athlètes pourront aussi bénéficier de commandites ou de prix réduits à l'achat d'équipement (skis, bottes, bâtons, etc.).
- 5- L'athlète sera soutenu financièrement¹ pour certaines compétitions et camps d'entraînement, tel que déterminé par le coordonnateur du développement de l'excellence :
 - Camps d'été
 - 26 au 30 juin 2023 à Mont-Tremblant
 - 14 au 20 août 2023 à Gatineau
 - Camp sur neige (dates et lieu à confirmer)

¹ Les montants octroyés aux athlètes pour les camps d'entraînement et les compétitions seront déterminés en fonction des budgets de la saison. La contribution de SFQ pour l'ensemble des activités aux présentes sera de 1 000\$ à 2 500\$ par athlète. La priorité sera accordée au financement des camps d'entraînement. Les athlètes brevetés dans l'Équipe du Québec ne sont pas éligibles à ces contributions.



SKI DE FOND QUÉBEC

skidefondquebec.ca

Maison du loisir et du sport du Québec 7665, boulevard Lacordaire, Montréal H1S 2A7 T 450 744 0858
LOISIR • PLEIN AIR • COMPÉTITION • SPORT D'ÉLITE • RÉSEAU NATIONAL DE SENTIERS • MODE DE VIE

- Deux événements FIS choisis selon le niveau de développement de l'athlète et les courses disponibles en 2023-2024.
 - Sélections pour les Mondiaux junior et M23
 - Mondiaux junior ou M23 (si qualifié)
- 6- Lorsque le club de l'athlète ne se déplace pas pour une compétition nationale ou aux États-Unis, l'athlète pourrait être encadré par le CNEPH lors de cette compétition, si le CNEPH en a la capacité. Cette initiative doit toutefois être prévue entre l'entraîneur de l'athlète et le coordonnateur du développement de l'excellence au moins six (6) semaines avant l'événement.
- 7- SFQ assure la présence d'une direction technique en soutien aux athlètes et entraîneurs aux Championnats canadiens et, si jugé nécessaire, aux Sélections pour les Mondiaux junior et M23.

L'athlète s'engage à :

- 1- Avoir et conserver une attitude positive, respectueuse et professionnelle envers toute personne du milieu du ski, que ce soit dans son club ou lors des activités nommées aux présentes. Aucun écart de conduite ne sera toléré. En cas de comportement inadéquat constaté par l'un des membres encadrant l'athlète, ce dernier pourra être retiré de l'Équipe par SFQ, sans autre préavis, et se voir retirer sur le champ tous les privilèges accordés par SFQ (identification au MÉQ, le cas échéant, les vêtements, le soutien financier et les services).
- 2- Participer à toutes les journées et activités des camps d'entraînement désignées par le coordonnateur du développement de l'excellence (dates et lieux à confirmer).
- 3- Faire les deux (2) évaluations fonctionnelles (juin et novembre) et effectuer les exercices correctifs et d'activation, tels que prescrits.
- 4- Passer, entre le 1^{er} juin et le 15 juillet 2023, une évaluation médicale présaison (incluant une prise de sang) avec un médecin du sport situé près de son lieu d'entraînement.
- 5- Participer à un camp d'entraînement régional ou provincial comme athlète invité selon les besoins et le lieu des camps.
- 6- Participer aux quatre (4) compétitions obligatoires pour les Juniors, soit :



- les Sélections pour les Mondiaux junior et M23;
- les Championnats canadiens; et
- Deux (2) autres événements FIS, choisis selon les objectifs de performance de la planification annuelle et pour lesquels le coordonnateur du développement de l'excellence et l'entraîneur se seront mis d'accord.

En plus des quatre (4) compétitions obligatoires pour les Juniors, les athlètes M23 doivent aussi participer à toutes les courses d'un (1) événement NorAm ou US Super Tour durant la saison. Si un athlète ne peut être présent à l'une de ces épreuves obligatoires pour des raisons jugées valables par SFQ, il devra voir les autres options de courses offertes avec le coordonnateur du développement de l'excellence et son entraîneur personnel pour convenir d'un plan de remplacement, sans quoi les pénalités au tableau de la page suivante s'appliqueront.

- 7- Participer à toutes les courses du circuit Coupe Québec, sauf si l'athlète participe à une course de plus haut niveau qui l'aidera à progresser dans son cheminement. Le calendrier de compétition de l'athlète doit être approuvé par le coordonnateur du développement de l'excellence.
- 8- Faire parvenir une fois dans l'année, à une date identifiée par le coordonnateur du développement de l'excellence, un article sur un sujet spécifique ou un compte-rendu de saison qui sera affiché sur les différentes plateformes médiatiques de SFQ.
- 9- Démontrer son engagement par son assiduité à l'entraînement dans son club et durant les activités obligatoires identifiées aux présentes et par sa disponibilité aux activités de promotion, s'il y a lieu. Le modèle de développement de l'athlète de SFQ servira de cadre de référence quant au contenu du plan annuel d'entraînement et de compétition de l'athlète.
- 10- Revêtir les vêtements officiels de l'Équipe du Québec à l'occasion de toutes les compétitions provinciales (Coupe Québec), nationales et nordaméricaines, sur tous les podiums et à l'occasion des activités de promotion où l'athlète est présent. L'affichage de commanditaires personnels est permis sur le survêtement et le manteau d'équipe; toutefois, ces commanditaires personnels ne doivent pas être en conflit avec les commanditaires de l'Équipe du Québec. L'affichage devra être approuvé préalablement par la direction technique de SFQ et ne pourra dépasser une grandeur de 30cm² sur deux pièces de vêtement (2 x 30cm²).



- 11- Respecter les termes des ententes entre SFQ et les fournisseurs et/ou commanditaires officiels de l'Équipe du Québec et éviter tout commentaire négatif envers les commanditaires de l'Équipe du Québec et leurs produits.
- 12- Aviser dans les meilleurs délais la direction technique de tout problème relatif au matériel fourni ou prêté, le cas échéant. Les modalités de ces ententes seront communiquées, au besoin.
- 13- Prendre soin de tout matériel offert ou prêté par SFQ, le cas échéant.
- 14- Assister aux remises de médailles et de bourses de toutes les compétitions de niveaux provincial, national ainsi que toutes les compétitions nordaméricaines auxquelles l'athlète prend part et revêtir le manteau d'Équipe officiel à ces occasions; être disponible pour toute entrevue avec les médias lors de ces événements, à moins de contraintes logistiques importantes (avion à prendre, par exemple) ou de délais déraisonnables des organisateurs (au jugement de la direction technique de SFQ).
- 15- Des pénalités ou des sanctions pourraient s'appliquer dans les situations suivantes. Dans le cas d'une absence pour raison médicale ou scolaire, une entente écrite spécifique doit être conclue entre SFQ, l'athlète et son entraîneur AVANT l'événement en question (par exemple, cette entente pourrait prévoir de remplacer trois jours de camp d'entraînement par un séjour de trois jours au CNEPH). Dans l'impossibilité de prendre une entente avant l'événement (par exemple, une maladie subite de l'athlète), l'entraîneur devra contacter par écrit la direction technique dès que le problème survient pour justifier l'absence de l'athlète.

Défaut d'engagement	Pénalités pour le programme
Non-participation aux évaluations physiques, médicales ou fonctionnelles	Aucun soutien financier
Absence à une compétition FIS, NorAm ou US Super Tour obligatoire (manquer une course sans raison médicale; compte pour une absence)	50% du soutien financier
Absence à 2 compétitions FIS, NorAm ou US Super Tour obligatoires (manquer une course sans raison médicale compte comme une absence)	Aucun soutien financier
Absence aux Championnats canadiens, aux Sélections pour les Mondiaux junior et M23 ou aux Mondiaux junior et M23 (si qualifié) sans raison médicale (manquer une course sans raison médicale; compte pour une absence)	Aucun soutien financier



Absence au camp en août ou au camp sur neige en novembre (une activité ou un entraînement raté sans raison scolaire ou médicale; compte pour une absence)	50% de soutien financier
2 ^e absence au camp en août ou au camp sur neige en novembre (une activité ou un entraînement raté sans raison scolaire ou médicale; compte pour une absence)	Aucun soutien financier
Une absence en camp d'entraînement et une absence en compétition (une activité, un entraînement ou une course ratée sans raison scolaire ou médicale; compte pour une absence)	Aucun soutien financier
Omission de revêtir les vêtements de l'ÉQ, selon les dispositions aux présentes. 1 ^{re} offense.	Avertissement écrit
Omission de revêtir les vêtements de l'ÉQ, selon les dispositions aux présentes. 2 ^e offense.	50% du soutien financier
Omission de revêtir les vêtements de l'ÉQ, selon les dispositions aux présentes. 3 ^e offense.	Expulsion de l'ÉQ

L'entraîneur de l'athlète s'engage à :

- 1- Offrir aux athlètes de l'Équipe du Québec un environnement et des services qui leur permettront d'augmenter leur niveau de performance et d'atteindre les objectifs du programme de l'Équipe du Québec.
- 2- Faire une priorité, dans sa planification annuelle, des camps d'entraînement et des évaluations de l'Équipe du Québec.
- 3- Partager sa planification annuelle et sa planification des mésocycles avec le coordonnateur du développement de l'excellence.
- 4- Participer activement à toutes les rencontres prévues avec le coordonnateur du développement de l'excellence : une en début de saison puis une avant et après chaque camp d'entraînement ou une fois par mois, quand il n'y a pas de camp d'entraînement dans le mois.
- 5- Accompagner les athlètes de son club faisant partie de l'Équipe du Québec aux quatre à six (4 à 6) compétitions, aux camps et aux évaluations obligatoires. Cette tâche peut être déléguée.



- 6- Coordonner la tenue de l'évaluation médicale présaison avec le médecin et la prise de sang, puis rencontrer le médecin après l'évaluation et mettre en application ses recommandations.
- 7- S'assurer que l'athlète intègre à son entraînement les exercices d'étirement, d'activation ou de musculation, tels que prescrits.
- 8- S'assurer (et le rappeler, au besoin) que l'athlète porte les vêtements de l'ÉQ aux courses et sur les podiums.

RÉSILIATION

L'une ou l'autre des parties pourra mettre fin à la présente entente dans le cas où elle ne peut plus remplir ses engagements. En cas de résiliation due à un manque d'engagement, l'athlète devra retourner tout le matériel (incluant les vêtements) fourni par SFQ.

