



INVITATION PREMIÈRE NEIGE

5^e édition

2-3 décembre 2022

AVIS DE COURSE

Chers skieurs et entraîneurs,

Nous sommes heureux de vous accueillir dans les Laurentides pour une 5^e édition sur notre piste enneigée artificiellement homologuée FIS. Cette course, qui se démarque par ses parcours en soirée, offre une ambiance unique en son genre.

L'événement est sanctionné par Nordiq Canada et par Ski de fond Québec. Nous sommes fiers d'offrir la première course de la saison au Québec, d'offrir aux skieurs québécois une opportunité de préparation sur neige. Ce sera également l'occasion pour les plus jeunes d'entamer la saison, de vérifier son niveau de forme avant le début du circuit des Coupes Québec.

Nous vous invitons à visiter notre région, vous y découvrirez de bien belles choses. En vue de la compétition, il est toujours possible de prévoir un camp préparatoire sur neige, informez-vous auprès des dirigeants du club Fondeurs-Laurentides.

Nous avons hâte d'accueillir les athlètes, les entraîneurs et leurs familles.

Le comité organisateur



MERCI À NOS COMMANDITAIRES



MERCI À NOS PARTENAIRES



INFORMATION GÉNÉRALE

DATES

2 et 3 décembre 2022

LIEU

Sommet Morin-Heights

231 rue Bennett, Morin-Heights, Qc, J0R 1H0

<https://goo.gl/maps/6S1rSu4GEDiwY1g89>

PROGRAMME

Les compétitions se dérouleront sur deux soirées comme suit :

- Vendredi 2 décembre : Départ de masse, style classique
- Samedi 3 décembre : Départ de masse, style libre

SANCTION

Les compétitions sont sanctionnées par :

- Nordiq Canada (NC),
- Ski de fond Québec (SFQ)

NORMES TECHNIQUES

Les compétitions sont régies par les normes suivantes :

- [Modèle de compétition de Nordiq Canada,](#)
- [Politique fartage SFQ](#)
- [Règlements des compétitions canadiennes](#)

COMITÉ DE COMPÉTITION

POSTE	NOM
Chef de compétition	Marco Miron
Secrétaire	Eliane Fortier
Chefs de stade	Mathieu Arcand
Chefs de parcours	Sylvain Allaire
Chefs du chronométrage	Jo-Anne Greffard
Chefs des contrôleurs	Robert Viau

JURY

POSTE	NOM
Délégué technique	Daniel Bellerose
Chef des contrôleurs	Robert Viau
Chef de compétition	Marco Miron

RENSEIGNEMENTS ET COMMUNICATION

Secrétariat, registraire, renseignements généraux, bénévoles, fartage	invitation1ereneige@gmail.com
---	--

Renseignements généraux sur l'événement à [Invitation première neige](#)

Inscription, avis de course, cartes, listes de départ et autres renseignements spécifiques aux compétitions sur la page [événement de Zone4](#) et sur le [site Web de l'Invitation première neige](#).

Toute autre communication se fera par courriel directement aux participants et entraîneurs.

MESURES SANITAIRES EN LIEN AVEC LA COVID-19

Pour le moment, les instances gouvernementales n'ont pas de directives particulières concernant les mesures sanitaires à prendre lors d'événement de ski de fond. Si toutefois des mesures venaient à s'imposer les informations seront véhiculées par courriel aux participants et mises à jour sur la page d'événement Zone 4.

Si vous êtes positif à la covid, veuillez respecter les [directives d'isolement prévues par la santé publique](#).

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 1 semaine précédant l'événement, soit le 25 novembre, sur recommandation du jury.

En cas d'annulation, nous rembourserons les inscriptions moins les frais engagés par le club.

BÉNÉVOLAT

Si vous voulez donner un peu de temps durant votre séjour chez nous, enregistrez-vous sur notre site web <https://www.fondeurslaurentides.ca/benevoles/> en mentionnant les dates et postes qui vous intéressent ou en contactant invitation1ereneige@gmail.com avant le 27 novembre.

HORAIRE DE L'ÉVÉNEMENT

Lundi 7 novembre		
Début des inscriptions via zone 4 (lien)		
Dimanche 27 novembre		
23h59 Fin de période d'inscription hâtive		
Mardi 29 novembre		
23h59 Fin de la période d'inscription		
Mercredi 30 novembre		
23h59 Échéance pour les corrections au classement préférentiel et à la liste de confirmation		
Jeudi 1er décembre		
15h Fin de la période de correction pour la liste de départ du vendredi. 19h Réunion des entraîneurs virtuelle via Teams pour les 2 jours de compétition https://bit.ly/3CDqg4c		
Vendredi 2 décembre		
Heure	Activité	Lieu
15h00	Ouverture de la piste et accueil des compétiteurs	Sommet Morin-Heights
15h00	Ouverture du secrétariat et remise des dossards individuellement à chaque skieur Fin de la période de correction pour la liste de départ du samedi.	Chalet du Sommet Morin-Heights
18h00	Premier départ épreuve distance	Sommet Morin-Heights
30 min après la fin des courses respectives selon les résultats non officiels	Remise des médailles	Podium extérieur près du Chalet de Sommets Morin-Heights
21h00	Fermeture du site	Sommet Morin-Heights
Samedi 3 décembre		
Heure	Activité	Lieu
16h30	Ouverture du secrétariat et remise des dossards individuellement à chaque skieur	Chalet du Sommet Morin-Heights
17h00 à 17h45	Ouverture de la piste	Sommet Morin-Heights
18h00	Premier départ	Sommet Morin-Heights
30 min après la fin des courses respectives selon les résultats non officiels	Remise des médailles	Podium extérieur près du Chalet de Sommets Morin-Heights
21h30	Fermeture du site	

ÉPREUVES

FORMAT DES COMPÉTITIONS ET CATÉGORIES

Catégorie		Année / Âge	Vendredi	Samedi
Catégories			Départ de masse classique	Départ de masse libre
Senior	F	2002 & avant	5 km	10 km
Senior	M	2002 & avant	5 km	10 km
M20	F	2004, 2003	5 km	10 km
M20	M	2004, 2003	5 km	10 km
M18	F	2006, 2005	5 km	10 km
M18	M	2006, 2005	5 km	10 km
M16	F	2008, 2007	5 km	5 km
M16	M	2008, 2007	5 km	5 km
M14	F	2010, 2009	2.5 km	2.5 km
M14	M	2010, 2009	2.5 km	2.5 km
M12	F	2012, 2011	2.5 km	2.5 km
M12	M	2012, 2011	2.5 km	2.5 km
Paranordique	F-M	Voir admissibilité	Selon demande	Selon demande

NOTE 1 : Puisqu'il s'agit d'une course de début de saison, les distances et le format pourraient changer en fonction du niveau de neige.

NOTE 2 : 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.

SUGGESTION D'HEURES DE DÉPART (sujet à changement en fonction du nombre d'inscriptions et de la distance du parcours disponible)

VENDREDI 2 DÉCEMBRE 2022			
Période d'échauffement et tests sur la piste 15h00 à 18h00			
Catégorie	Genre	Distance	Heure
M12 et M14	M	2.5 km	Premier départ 18h00
M12 et M14	F	2.5 km	
Période d'échauffement et tests sur la piste 18h30 à 19h00			
M16	F	5 km	19h00

M18	F	5 km	19h00
Open (M20, Senior)	F	5 km	19h00
Période d'échauffement et tests sur la piste 19h30 à 20h00			
M16	M	5 km	20h00
M18	M	5 km	20h00
Open (M20, Senior)	M	5 km	20h00

SAMEDI 3 DÉCEMBRE 2022			
Départ de masse style libre			
Catégorie	Genre	Distance	Heure
M12 et M14	M	2.5 km	Premier départ 18h00
M12 et M14	F	2.5 km	
M16	M	5 km	
M16	F	5 km	
Période d'échauffement et tests sur la piste 18h45 à 19h05			
M18	F	10 km	19h10
Open (M20, Senior)	F	10 km	19h10
Période d'échauffement et tests sur la piste 19h35 à 19h55			
M18	M	10 km	20h00
Open (M20, Senior)	M	10 km	20h00

ADMISSIBILITÉ

Les épreuves sont ouvertes à tous. Les conditions suivantes s'appliquent :

Tous les skieurs doivent détenir une licence de course valide émise par Nordiq Canada ou acheter une licence journalière de membre de soutien (LJMS) en ligne lors de l'inscription pour chaque jour de compétition.

Licence d'associé pour les skieurs non canadiens : Pour les skieurs non canadiens qui ne détiennent pas une licence FIS valide, une licence d'associé peut être obtenue auprès de Nordiq Canada pour être admissible à toutes les compétitions sanctionnées au Canada. Les résultats des skieurs détenant une licence de skieur associé seront inclus dans le calcul de la liste de points canadiens et utilisés aux fins de classement préférentiel.

Les biathlètes et athlètes des autres disciplines nordiques doivent détenir une licence de course valide de Nordiq Canada ou une LJMS afin de participer.

Tous les skieurs du Québec doivent détenir une licence annuelle valide émise par SFQ ou acheter une licence de jour de SFQ en ligne lors de l'inscription pour chaque jour de compétition.



Le surclassement est autorisé au moment de l'inscription en ligne à la condition que la distance couverte par la catégorie supérieure ne dépasse pas la limite pour la catégorie du skieur établie par le modèle de compétition de Nordiq Canada. Lors de l'inscription en ligne, l'athlète qui se surclasse doit sélectionner l'année de naissance minimale de la catégorie dans laquelle il s'inscrit.

INSCRIPTIONS

Les inscriptions se font sur Zone4 ([lien](#)). Les frais d'inscription doivent être payés en ligne sur Zone4. Début des inscriptions le 7 novembre 2022.

Il est demandé que les entraîneurs s'enregistrent sur Zone4 afin de recevoir les communications et avis du bureau de compétition.

Les frais d'inscription sont les suivants :

Jusqu'au 27 novembre 2022 23h59 :

- 30\$ par jour pour toutes les catégories

Du 28 au 29 novembre 2022 23h59 :

- 40\$ par jour pour toutes les catégories

Les taxes de vente (TPS#840467955RT0001, TVQ#1209269739TQ0001) seront ajoutées au frais d'inscription seulement.

Les frais d'inscription incluent un montant de 5\$ pour couvrir les frais de fabrication de neige artificielle et l'accès à la piste. Ils n'incluent pas les frais de licence de Nordiq Canada et SFQ. Ces frais s'ajouteront aux frais d'inscription comme suit :

Frais	Pour	Montant/ Course
LJMS Nordiq Canada	Skieurs sans licence FIS ou Nordiq Canada	5\$
Licence de jour SFQ	Skieurs du Québec sans licence annuelle SFQ	5\$

Les inscriptions après le 29 novembre 2022 seront soumises à la décision du jury et à des frais de retard de 50\$ supplémentaires pour s'inscrire. Les athlètes s'inscrivant après le 29 novembre 2022 perdent leur droit à un classement préférentiel. Ils se verront accorder zéro point et seront classés en conséquence.

Les skieurs qui ne détiennent pas de licence de course (FIS ou Nordiq Canada) doivent acheter une LJMS pour chaque jour de compétition au moment de l'inscription en ligne sur Zone4. Les skieurs du Québec pour toutes les catégories doivent avoir une licence annuelle valide de SFQ ou acheter une licence de jour de SFQ. Aucun remboursement ne sera fait pour les licences de jour achetées par erreur.



Les remboursements peuvent être effectués à la seule discrétion du comité organisateur. En cas d'annulation de l'événement, les remboursements peuvent être effectués en tenant compte des frais engagés.

CLASSEMENT PRÉFÉRENTIEL

La liste des points canadiens (CPL) la plus récente pour les épreuves de distance sera utilisée aux fins de classement préférentiel pour toutes les catégories. Les skieurs étrangers seront classés selon le classement déterminé par le jury en ce qui concerne les points CPL des compétiteurs. Si un skieur étranger n'a pas de classement CPL, le jury utilisera sa discrétion pour classer le skieur. Pour les demandes spéciales de classement préférentiel, faire parvenir une demande écrite au secrétariat et celle-ci sera soumise au jury pour approbation.

Les skieurs USSA ayant des points FIS sont inclus dans la liste de points du Canada.

RÉUNIONS DES ENTRAÎNEURS

La réunion des entraîneurs se déroulera le 1^{er} décembre 2022 à 19h00 de façon virtuelle avec la plateforme Teams et concernera les 2 journées de compétition. Voici le lien pour la réunion : <https://bit.ly/3CDqg4c>

Si les conditions l'exigent, une réunion des entraîneurs aura lieu le 2 décembre avec préavis. Veuillez noter que les présentations seront publiées après chaque réunion sur Zone4 et le site Web.

DISTRIBUTION DES DOSSARDS

La distribution des dossards aura lieu à partir de 15:00 le vendredi et 16 :30 le samedi au secrétariat. La distribution de dossards se fera de façon individuelle. Chaque skieur devra récupérer son dossard.

Les clubs, les équipes et les centres d'entraînement devront payer des frais de remplacement de dossard de 50 \$ pour chaque dossard manquant à la fin de chaque course, pour les athlètes les représentant.

TRANSPONDEURS

Il n'y aura pas de transpondeur lors de cette course.

ENTRAÎNEMENT

Les périodes d'entraînement officielles sont les suivantes :

- Vendredi 2 décembre 15h00-17h45 : parcours de distance
- Samedi 3 décembre 17h00-17h45 : parcours de distance

Pour plus de détails, consulter l'horaire prévue. Des périodes d'échauffement sont



également prévue durant l'événement, voir suggestion d'horaire cité plus haut.

ÉCHAUFFEMENT ET ESSAIS DES SKIS

Comme il s'agit d'une course de début de saison, il est fort probable que le réseau de sentiers utilisé pour la course ne sera recouvert que de neige artificielle et que la neige sera limitée dans les autres secteurs du site. La priorité sera de préparer les meilleures pistes de course possibles et l'enneigement des aires d'échauffement et d'essais de ski pourrait être limité. Plus de détails seront disponibles lors des réunions des entraîneurs, mais les athlètes et les entraîneurs devraient être prêts à utiliser des skis de roche et/ou à se préparer pour des échauffements en course à pied.

CARTES DES PARCOURS ET DU STADE

Les liens vers les cartes des parcours et du stade seront publiés avant le 1^{er} décembre 2022 sur la page événement de Zone4 et le site Web.

Les courses se déroulent principalement sur la « Piste des Fondeurs », une boucle de 2,5 km conçue pour l'entraînement et la compétition, enneigée artificiellement au pied de la montagne de Sommet Morin-Heights. La distance du parcours est conditionnelle à la capacité d'enneigement du site, celui-ci peut varier de 1.25km à 2.5km. Il sera validé par le DT lors de la rencontre des entraîneurs.

RAVITAILLEMENT

Boissons et collations disponibles à l'arrivée.

FARTAGE

Seule l'utilisation de farts sans fluor (NF) sur la [liste de produits permis](#) est autorisée. Les farts de retenus ne sont pas touchés par cette règle.

PROTÈTS

Les protêts doivent être soumis conformément aux règles en vigueur.

PRIX

Des médailles seront remises aux trois premiers de chacune des catégories :

1. Open F et Open M selon les résultats non-officiels
2. M18 F et M18 M selon les résultats non-officiels
3. M16 F et M16 M selon les résultats non-officiels
4. M14 F et M14 M selon les résultats non-officiels
5. M12 F et M12 M selon les résultats non-officiels



RENSEIGNEMENT SUR LES INSTALLATIONS

STATIONNEMENT

Sommet Morin-Heights dispose d'une capacité de stationnement importante mais non illimitée. Le stationnement sera contrôlé et une place sera réservée dans le stationnement supérieur le plus proche du stade pour l'accès aux ambulances.

CHALET

Accès restreint au chalet. Nous demandons aux équipes de limiter leur temps à l'intérieur pour s'habiller et se réchauffer. Aucun flânages ne sera toléré.

ACCÈS AUX SENTIERS

L'utilisation des pistes sera offerte à tous les concurrents et entraîneurs inscrits selon la période disponible indiquée à l'horaire lors des jours de course. L'accès aux pistes sera restreint.

INSTALLATIONS DE FARTAGE

Un espace sera mis à la disposition des équipes qui apporteront leurs propres tentes/remorques de fartage. Les équipes qui apportent des tentes de fartage ou d'autres abris doivent fournir leur propre alimentation électrique.

BUREAU DE COMPÉTITION

Le bureau de compétition est situé dans le chalet principal au rez-de-chaussée. Les heures d'ouverture sont les suivantes :

Vendredi 2 décembre 2022 : 14h00-20h30

Samedi 3 décembre 2022 : 16h00-20h30 (par téléphone 579-888-2005 avant 16h00)

CARTE DU SITE

À venir sur le site web et zone 4.

TABLEAU D'AFFICHAGE

Le tableau d'affichage principal sera sur le côté du chalet alpin près du stade de course.

MÉTÉO

Veillez noter que les compétitions peuvent être devancées ou annulées en raison de la température ou de conditions météorologiques défavorables ou dangereuses.

CONDITIONS DES PISTES

Des mises à jour seront données à la réunion d'entraîneurs et par courriel si nécessaire.

PREMIERS SOINS

Les premiers soins seront prodigués par la Patrouille de la municipalité de Morin-Heights. Une pièce séparée dans le chalet pour des soins plus sérieux sera à leur disposition. Au besoin, ils communiqueront avec les ambulanciers paramédicaux pour avoir accès à des soins médicaux plus avancés et/ou au transport à l'hôpital.

OBJETS TROUVÉS

Les objets trouvés sont entreposés au secrétariat/bureau de compétition et peuvent être réclamés à cet endroit.

SERVICES AUX ÉQUIPES

HÉBERGEMENT

Voici quelques sites d'hébergement disponible près du site de compétition

<p>Cabines camping Sommet Morin-Heights</p> 	<p>Directement sur le site de compétition, places limitées</p> <p>https://www.sommets.com/fr/camping-cabines/ 450 227-2020</p>
<p>Hôtel et condos St-Sauveur</p>	<p>https://www.st-sauveur-hotel-laurentides.com/</p>
<p>Hôtel Le Versailles</p>	<p>http://www.hotelversailles.ca/</p>
<p>Manoir St-Sauveur</p>	<p>https://manoir-saint-sauveur.com/</p>
<p>Tourisme Laurentides</p>	<p>https://www.laurentides.com/fr/ou-se-loger-dans-les-laurentides</p>