

# CHAMPIONNAT JEUNESSE NORAM

1er, 2 et 3 mars 2025



## AVIS DE COURSE

Le Club Défi vous invite à participer à la *30<sup>e</sup> édition* de la prestigieuse course des catégories M14 et M12 au Canada. Le comité organisateur et de très nombreux bénévoles sont à pied d'œuvre pour vous faire vivre une fin de semaine haute en couleur et riche en émotion.  
**Viens laisser ta trace!**



# MERCI À NOS PARTENAIRES



# tanguay



# **SALOMON**



<b>NOM DE LA COMPÉTITION</b>	<b>CHAMPIONNAT JEUNESSE NORAM 30<sup>e</sup> ÉDITION</b>
<b>CLUB-HÔTE</b>	Club Défi
<b>SITE DE LA COMPÉTITION</b>	Les Sentiers Brandon Saint-Gabriel-de-Brandon, QC
<b>ADRESSE</b>	1726 rue Dequoy Saint-Gabriel-de-Brandon, QC J0K 2N0 Région de Lanaudière
<b>TARIF D'ACCÈS AUX PISTES</b>	Gratuit pour les athlètes, les entraîneurs et les accompagnateurs. Les sentiers seront accessibles à la clientèle régulière à partir de 13h30 seulement.
<b>DIRECTIONS</b>	<a href="https://goo.gl/maps/ia58qJ5YxEQ2">https://goo.gl/maps/ia58qJ5YxEQ2</a>
<b>DATES</b>	1er au 3 mars 2025
<b>SANCTIONS</b>	SFQ et NC
<b>EXIGENCES TECHNIQUES</b>	<a href="#">Règlements de la Coupe Québec et du Championnat Jeunesse</a> (Annexe D) <a href="#">Règlement des compétitions canadiennes</a> <a href="#">Règlement sur les farts fluorés pour les épreuves sanctionnés par Nordiq Canada en 2023-24</a> <a href="#">Modèle de développement de NC</a>
<b>ADMISSIBILITÉ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les participants doivent être nés en 2011, 2012, 2013 ou 2014 (aucun surclassement).</li> <li>- Être membre d'un club affilié à SFQ ou à leur division respective.</li> <li>- L'événement est de niveau 2.</li> <li>- Les athlètes M14 et M13 doivent détenir une licence de course ou une licence de développement ou une licence de niveau 2 de Nordiq Canada.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les athlètes M12 et M11 n'ont pas besoin de licence de Nordiq Canada.</li> <li>- Seuls les détenteurs de la licence de course ou la licence de développement de Nordiq Canada cumulent des points sur la liste des points canadiens.</li> <li>- Tous les participants du Québec doivent détenir une licence annuelle ou de jour de SFQ et ce, sans égard à l'âge.</li> <li>- La licence de niveau 2 de Nordiq Canada (6\$) et la licence de jour de SFQ (5\$) seront disponibles lors de l'inscription sur zone4.</li> </ul>
--	---

<b>Présentation du Comité organisateur</b>	
<b>Président</b>	François Richard <a href="mailto:francois.richard@clubdefi.ca">francois.richard@clubdefi.ca</a>
<b>Chef de compétition</b>	Daniel Bellerose
<b>Secrétaires de compétition</b>	Solange Paquin et Marie-Claude Parisé
<b>Chefs de parcours</b>	Charles-Olivier Saint-Jean et Pat Petelle
<b>Chefs de stade</b>	Daniel Deschênes et Pierrot Bernier
<b>Chef des contrôleurs</b>	Alain Houde
<b>Chef du chronométrage</b>	Sébastien Bolduc
<b>Responsable zone4</b>	Marie-Claude Rainville Pour les erreurs d'inscription, communiquez avec <a href="mailto:danbellerose@videotron.ca">danbellerose@videotron.ca</a>
<b>Protocole</b>	Marie-Pierre Lafond

<b>Délégué technique</b>	René Pomerleau
<b>Assistant délégué technique</b>	Mathieu Arcand
<b>Hébergement / conciergerie</b>	À confirmer
<b>Alimentation</b>	Déjeuners: Catherine Mathieu Dîners: Luce-Marie Brodeur Souper spag: Maryse Lapierre Voir les modalités d'inscription
<b>Bénévoles</b>	Marie-Pierre Lafond et Sonia Chaput
<b>Sécurité</b>	Martin Rousseau
<b>Banquet</b>	Caroline Doyon
<b>Finances</b>	Sonia Chaput et Odile Breault

## PROGRAMME DES COMPÉTITIONS

CATÉGORIES	SEXE	SAMEDI (LIBRE) DÉPARTS INDIVIDUELS		DIMANCHE (CLASSIQUE) DÉPARTS DE MASSE	
		DISTANCE	10h30	DISTANCE	10h30
M14 – 2011	F			<b>SALOMON</b> 6 km (2 x 3 km) (Parcours rouge 2x)	
M14 - 2011	M				
M13 - 2012	F	5 km (2 x 2,5 km) (Parcours rouge 2x)			
M13 - 2012	M	5 km (2 x 2,5 km) (Parcours rouge 2x)			
M12 - 2013	F	3 km (1 x 2 km + 1 x 1 km) (Parcours bleu 1x et jaune 1x)			
M12 - 2013	M				
M11 – 2014	F				
M11 - 2014	M	3 km (Parcours rouge 1x)			

**LUNDI – 9h30**

**RELAIS – SPRINT STYLE LIBRE  
(6 x 1000 m)**

**COURSE À OBSTACLES AVEC DÉGUISEMENT (SAUT / SLALOM / BOSSES)**

ÉQUIPES OFFICIELLES

- UNE FILLE DE 2013 OU 2014
- UN GARÇON DE 2013 OU 2014
- UNE FILLE DE 2011 OU 2012
- UN GARÇON DE 2011 OU 2012
- DEUX AUTRES SANS RESTRICTION

ÉQUIPES NON-OFFICIELLES

- SIX ATHLÈTES SANS RESTRICTION

**L'inscription des équipes officielles et non-officielles devra être complétée via ZONE 4 au plus tard samedi 1er mars 2025 avant 18h.**

- Un club peut présenter plus d'une équipe au relais-sprint.
- Il y aura des demi-finales et une finale pour la catégorie « Équipes officielles ». Les 3 premiers de chaque demi-finale et les 9 autres meilleurs temps participent à la finale pour un total de 15 équipes.
- Les athlètes sont invités à se costumer pour la course relais-sprint. Le dossard doit demeurer visible durant la course. Costume sécuritaire. Les athlètes pourront conserver leur dossard.

NOTE: Le comité organisateur offrira aussi un volet paranordique.

## HORAIRE

### JEUDI

Heures	Activités	Lieu
15h	Fin de la période pour signaler une erreur d'inscription.	<a href="mailto:danbellerose@videotron.ca">danbellerose@videotron.ca</a>
20h	Réunion des entraîneurs	Via Teams. Pour le lien de la réunion, c'est par ici. <a href="#">Cliquez ici pour rejoindre la réunion</a>

### VENDREDI

Heures	Activités	Lieu
12h à 16h	Entraînement officiel	Site de compétition
15h	Heure limite pour apporter des modifications à la liste de confirmation des inscriptions	Consultez Zone4
18h*	Enregistrement des équipes et installation de l'hébergement	École secondaire Thérèse-Martin
20h	Réunion de toutes les équipes	Auditorium de l'école
20h30	Formation / Daniel Bellerose	Auditorium de l'école
22h	Couvre-feu	Locaux respectifs

**\* Pour des raisons logistiques, l'accès à l'école ainsi que le dépôt de matériel sont interdits avant 18h. Merci de votre compréhension et de votre collaboration!**

### SAMEDI

Heures	Activités	Lieu
6h à 8h	Déjeuner	Cafétéria
10h30	Début des compétitions	Site de compétition
11h30 à 13h	Dîner	École primaire de St-Gabriel
13h à 15h	Entraînement	Site de compétition
14h	Accès à l'hébergement	École secondaire Thérèse-Martin
17h30 à 19h15	Souper spaghetti	Cafétéria
19h30	Remise des médailles et spectacle**	Auditorium

**\*\* Aucune circulation dans l'école pendant le spectacle**

22h	Couvre-feu	Locaux respectifs
-----	------------	-------------------

## HORAIRE (suite)

DIMANCHE		
Heures	Activités	Lieu
6h à 8h	Déjeuner	Cafétéria
10h30	Début des compétitions	Site de compétition
11h30 à 13h	Dîner	École primaire de St-Gabriel
13h à 15h	Entraînement ou activités diverses	Variable
14h	Accès à l'hébergement	École secondaire Thérèse-Martin
16h15	Remise des médailles	Auditorium
17h30	Banquet	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cafétéria pour le repas</li> <li>• Auditorium pour le volet protocolaire</li> <li>• Gymnase pour la danse</li> </ul>
23h	Couvre-feu	Locaux respectifs
LUNDI		
Heures	Activités	Lieu
6h à 8h	Déjeuner	Cafétéria
9h30	Début des compétitions	Site de compétition
12h	Remise des médailles	Site de compétition
12h30	Distribution des collations et départ des équipes	Site de compétition

## MODALITÉS D'INSCRIPTION

FRAIS	<ul style="list-style-type: none"><li>● 265\$ par athlète</li><li>● 160\$ par entraîneur et/ou accompagnateur qui respecte le ratio ci-dessous.</li><li>● Chaque équipe doit avoir un minimum de 2 entraîneurs, mais un ratio maximum de 1 pour 5</li></ul> <p>1 à 10 athlètes &gt; 2 entraîneurs 11 à 15 athlètes &gt; 3 entraîneurs 16 à 20 athlètes &gt; 4 entraîneurs 21 à 25 athlètes &gt; 5 entraîneurs, etc.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● 210\$ pour les entraîneurs et/ou accompagnateurs supplémentaires.</li></ul> <p>Le prix inclut :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Les frais de course (3 x 35\$ = 105\$)</li><li>● L'hébergement à l'école secondaire Thérèse-Martin</li><li>● 3 déjeuners – 5 items par déjeuner</li><li>● 2 dîners</li><li>● Le souper du samedi</li><li>● Le banquet du dimanche</li><li>● La collation du lundi</li><li>● Souvenir de la 30<sup>e</sup> édition</li></ul>
INSCRIPTION	<ul style="list-style-type: none"><li>● Via zone4 sous <b>Championnat Jeunesse Noram 2025</b></li><li>● À partir du 19 janvier 2025</li><li>● Zone4.ca</li></ul>
ALIMENTATION	<ul style="list-style-type: none"><li>● Il n'y aura aucun menu sans gluten.</li><li>● Un réfrigérateur et un micro-ondes sont à la disposition des athlètes sur le site d'hébergement seulement (non sur le site de compétition)</li><li>● Les clubs-entraîneurs-parents sont responsables d'encadrer leurs athlètes pour les cas d'allergie de toutes sortes.</li><li>● Nous ne pouvons pas garantir les cas de contaminations croisées.</li><li>● Il y aura une option VÉGÉ pour tous les repas.</li></ul> <p><a href="mailto:alimentation@clubdefi.ca">alimentation@clubdefi.ca</a></p>

## FARTAGE

SALLE DE FARTAGE	<p>Garage des loisirs (à proximité du stade) Vendredi, 12h à 16h, samedi, 6h à 21h, dimanche, 6h à 21h et lundi, 7h à 10h. Électricité à proximité.</p> <p>Pour les équipes qui possèdent leur propre remorque de fartage, un stationnement sera disponible près de l'aire de réchauffement. Apportez votre génératrice.</p>
POLITIQUE SUR LE FARTAGE	<p>L'utilisation de produits fluorés est interdite pour toutes les catégories. Et cela vaut autant pour les produits de glisse que ceux de l'adhérence.</p>
RÈGLEMENT PARTICULIER	<p>Une pénalité de temps par infraction sera donnée à tous les athlètes qui ne respecteront pas les règlements, surtout celui de la technique classique. Une réprimande écrite n'aurait aucun impact d'apprentissage sur les athlètes étant donné leur âge et leur niveau de compétition. Les disqualifications sont toujours possibles (ex. non-respect du parcours). Toutes les infractions sont soumises au jury.</p>
ORDRE DE DÉPART	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pour la course de samedi, il n'y a pas de classement préférentiel. L'ordre des départs est donc aléatoire.</li><li>• Pour la course de dimanche en départ groupé, l'ordre est établi selon les résultats de la course de samedi.</li><li>• Pour la course à relais du lundi, l'ordre de départ est aléatoire pour les demi-finales. Lors de la finale, les temps des demi-finales en ordre croissant établissent l'ordre de départ.</li></ul>

## PRIX

DESCRIPTION DES PRIX	<ul style="list-style-type: none"><li>• Médailles aux 3 premiers de chaque catégorie et ruban pour les 4<sup>e</sup> à la 10<sup>e</sup> place pour les courses du samedi et du dimanche</li><li>• Médailles aux 6 membres et à l'entraîneur des 3 premières équipes de la course relais-sprint (équipes officielles)</li><li>• Médailles aux 6 membres et à l'entraîneur des 3 premières équipes de la course relais-sprint (équipes non-officielles)</li></ul>
----------------------	--

	<p align="center"><b>Bannière de l'équipe championne</b></p> <p>Cumulatif des catégories suivantes :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) 2 meilleurs temps M14-M13 – filles</li> <li>2) 2 meilleurs temps M14-M13 – garçons</li> <li>3) 2 meilleurs temps M12-M11 – filles</li> <li>4) 2 meilleurs temps M12-M11 – garçons</li> </ol> <p align="center"><b>4 bannières de catégories</b></p> <p>Cumulatif des 3 meilleurs temps des courses de samedi et dimanche dans chaque groupe d'âge</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) M14-M13 – garçons</li> <li>2) M14-M13 – filles</li> <li>3) M12-M11 – garçons</li> <li>4) M12-M11 – filles</li> </ol>
--	---

REMISE DES PRIX	<p><b>Samedi, 19h30</b> – Auditorium de l'école secondaire Thérèse-Martin</p> <p><b>Dimanche, 16h15</b> – Auditorium de l'école Thérèse-Martin</p> <p><b>Dimanche 17h30</b> – Banquet – École secondaire Thérèse-Martin (cafétéria, auditorium, gymnase)</p> <p><b>Lundi, vers 12h</b> – Au site de compétition</p>
-----------------	---

## SERVICES AUX ÉQUIPES

HÉBERGEMENT	<p>Pour les athlètes et les entraîneurs et/ou accompagnateurs : École secondaire Thérèse-Martin 916, rue Ladouceur, Joliette, Qc</p> <p>Pour des raisons de confort, nous recommandons fortement d'apporter un loup (masque pour le sommeil) pour se cacher les yeux durant la nuit. Le système d'éclairage automatisé qui assure la sécurité dans l'école ne nous permet pas d'éteindre complètement les lumières.</p> <p>Avant votre départ, les locaux où vous logez doivent être laissés dans leur état d'origine. La responsabilité du ménage revient à l'équipe qui occupe les lieux. Votre collaboration est essentielle. Les locaux de classe doivent être libérés pour 8 h le lundi.</p> <p><i>De plus, chaque club hébergé à l'école secondaire Thérèse-Martin sera tenu responsable du ou des locaux de même que de l'équipement contenu dans ceux-ci durant toute la durée de l'événement. En cas de bris d'équipements, le club en question sera tenu responsable et devra assumer les frais de réparation occasionnés par la ou les négligences.</i></p>
-------------	--

	<p>Pour les équipes et les accompagnateurs, nous avons obtenu un tarif réduit au Château Joliette. Chacun devra effectuer lui-même sa réservation à l'hôtel par téléphone (450-752-2525). Lors de la réservation, il faut mentionner le code <b>Noram 2025</b>. Le tarif est garanti, mais le nombre de chambres est limité. Premier arrivé, premier servi!</p> <p>Noter qu'il n'y aura pas de service de déjeuner à l'hôtel.</p> <p>Pour les autres lieux d'hébergement, référez-vous au site de Tourisme Lanaudière au <a href="http://www.lanaudiere.ca">www.lanaudiere.ca</a></p>
STATIONNEMENT	Des stationnements sont disponibles près du site de compétition.
MÉDICAL	Un service de premiers soins sera assuré par un médecin et/ou une infirmière sur place.

	<p style="text-align: center;"><b>SOUPER SPAGHETTI ET BANQUET</b></p> <p>Des billets supplémentaires pour le souper spaghetti et le banquet seront offerts lors de l'inscription sur zone 4 seulement. Le prix du billet est de 17\$ pour le souper spaghetti et de 37\$ pour le banquet.</p> <p style="text-align: center;"><b>Aucun billet supplémentaire ne sera vendu sur place</b></p> <p>Prendre note que le billet pour le souper spaghetti et le billet pour le banquet <b><u>sont inclus</u></b> lors de l'inscription des athlètes et des entraîneurs via ZONE4. Ne pas en acheter de supplémentaires.</p>
ACTIVITÉS SOCIALES	

**Coordonnées :**

**Les Sentiers Brandon**

**1726 rue Dequoy**

**St-Gabriel-de-Brandon, QC**

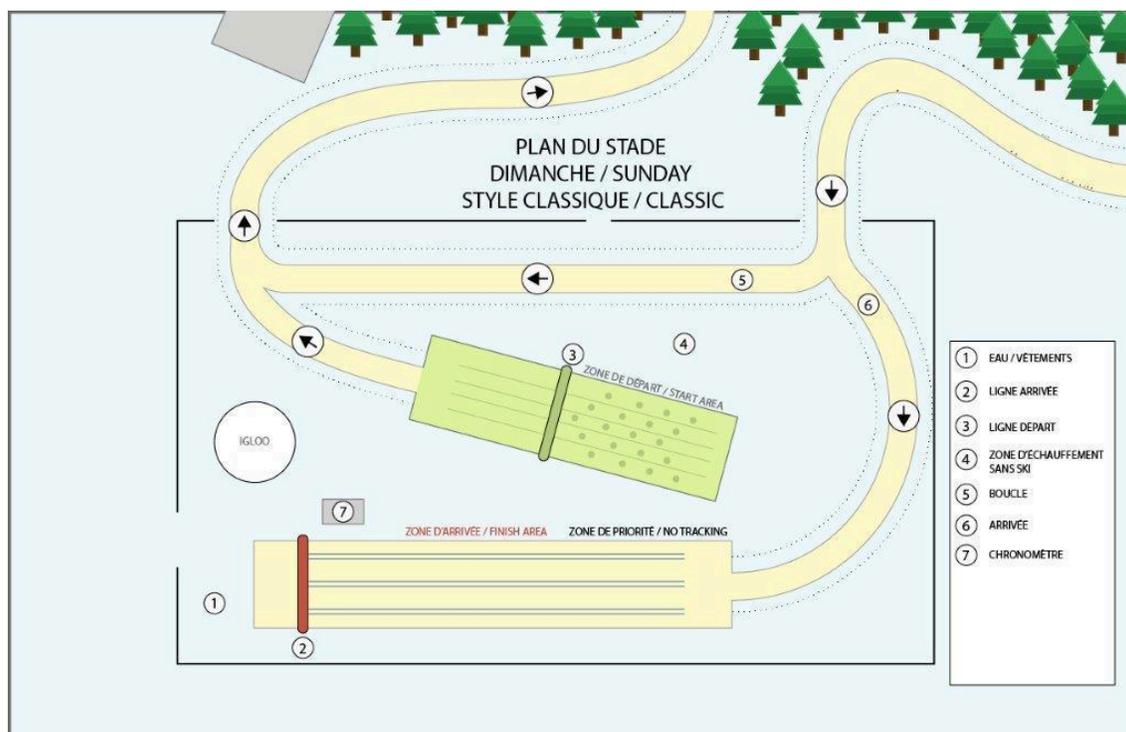
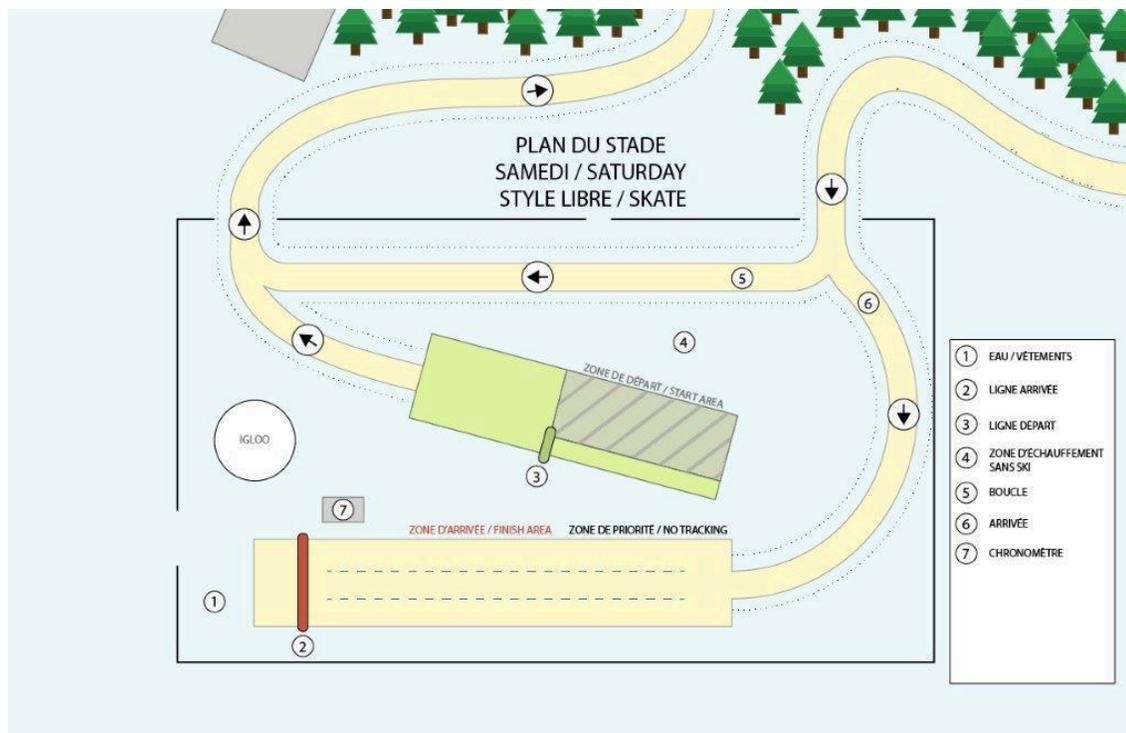
**J0K 2N0**

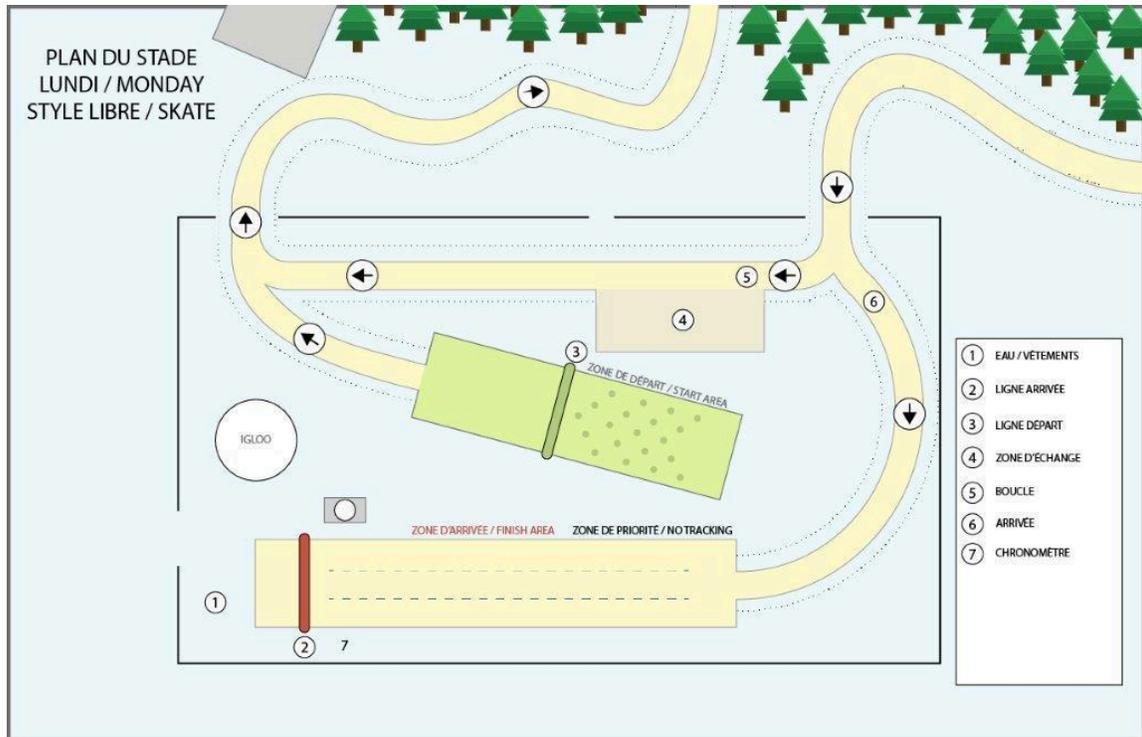
<https://goo.gl/maps/ia58qJ5YxEQ2>

## ANNEXE 1 – VUE D’ENSEMBLE DU SITE



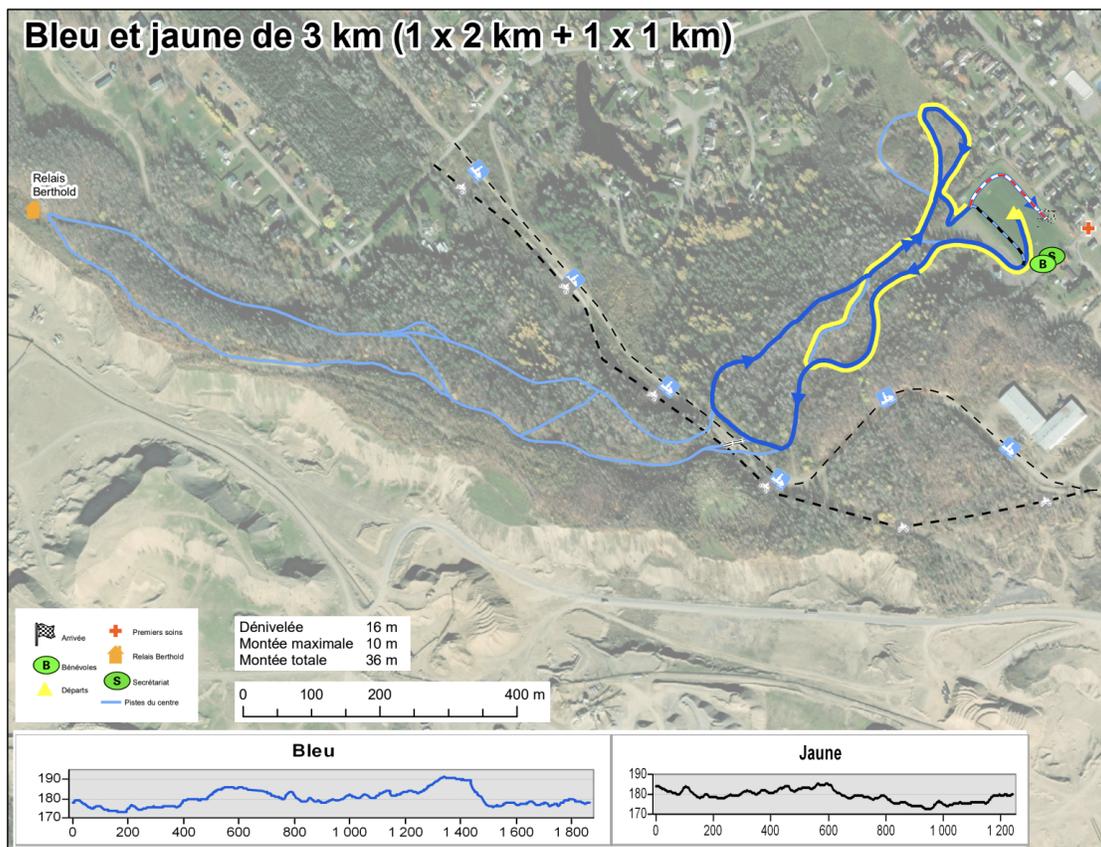
## ANNEXE 2 – LES STADES



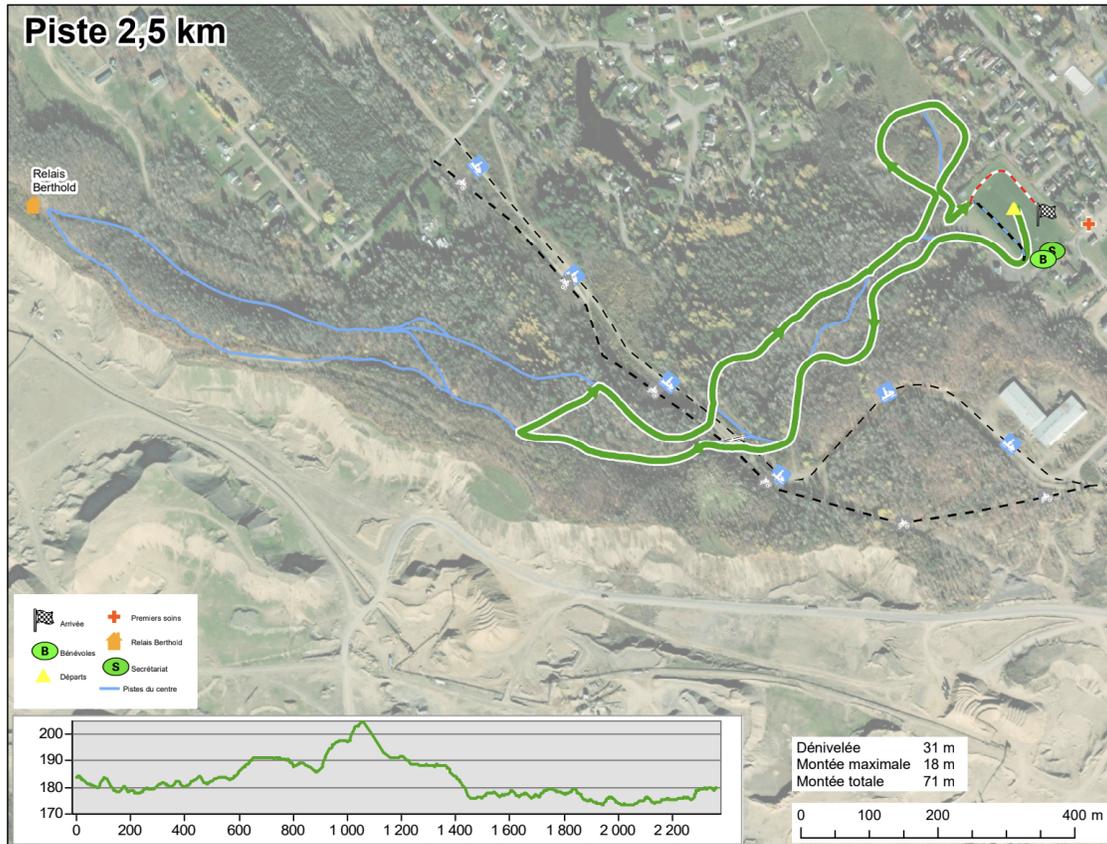


## ANNEXE 3 – LES PARCOURS

### SAMEDI - M11 et M12 - 3 km (1 x 2 km + 1 x 1 km)



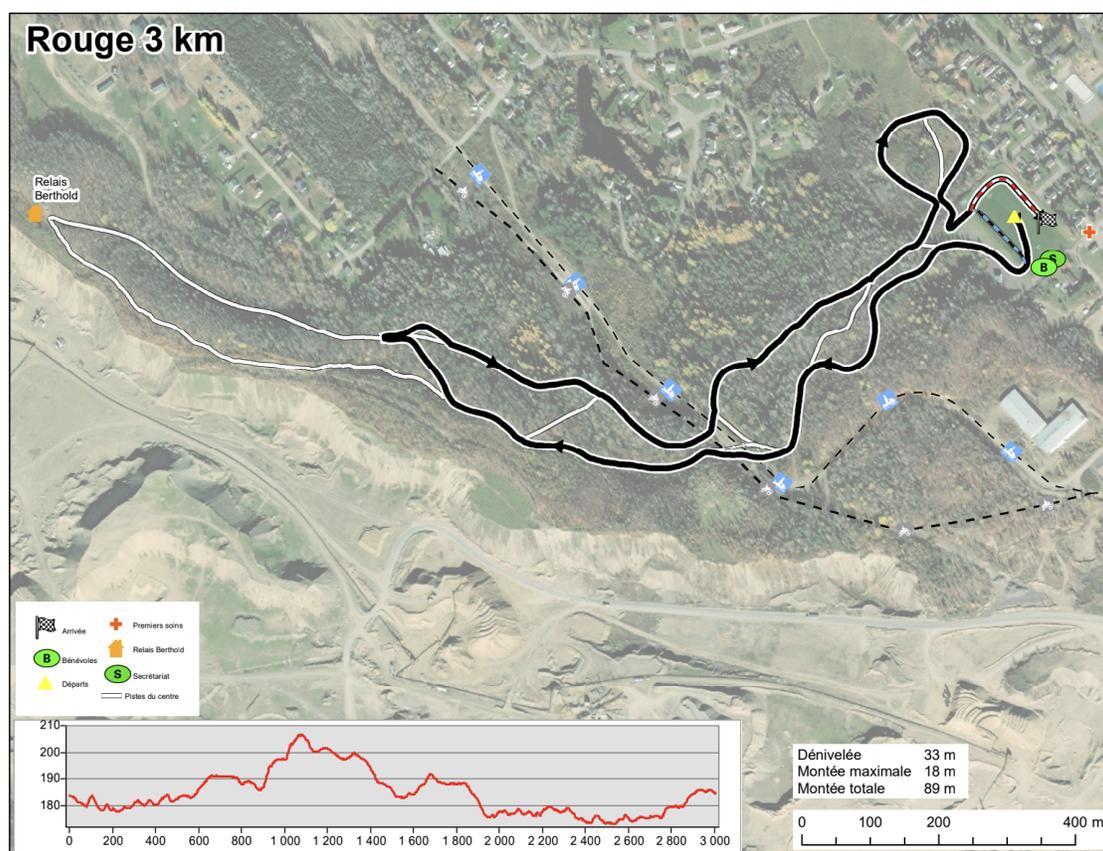
## SAMEDI - M13 et M14 – 5 km (2 x 2,5 km)



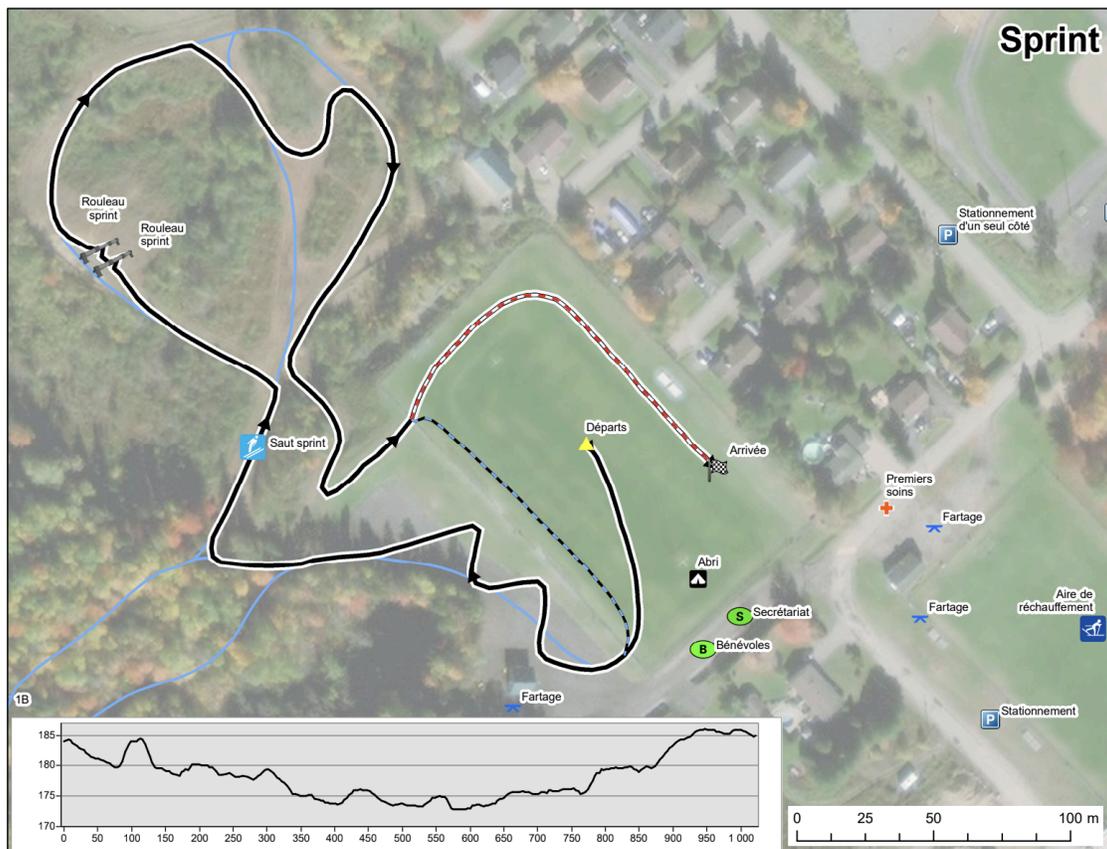
## DIMANCHE – M11, M12, M13 et M14

M13 et M14 : 6 km (2 x 3 km)

M11 et M12 : 3 km (1 x 3 km)



## LUNDI – Relais-sprint 6 km (6 x 1 km)



**RELAIS SPRINT (1 km): HD: 16 m MM: 10 m MT: 21 m**