



SKIDEFONDQUEBEC.CA

AVIS DE COURSE

La Pomerleau

LE SKI DE FOND... UN SPORT POUR LA VIE!

Québec 



INFOS GÉNÉRALES

Nom de la compétition

Finale régionale des Jeux du Québec, 2023, Estrie

Club-hôte

Club de ski de fond Parc du Mont-Orford

Site

SEPAQ – Secteur Stukely

Tarif d'accès aux pistes

Selon SEPAQ, accès au parc et aux pistes de ski de fond

Adresse

3321 Chemin du Parc, Orford, QC, J1X 7A2

Dates

Samedi 28 janvier, 2023,
Dimanche 29 janvier, 2023

Sanction

Ski de fond Québec

Admissibilité

Ouvert à tous.
Pour les Jeux du Québec : années de naissance 2008, 2009 et 2010



SKIDEFONDQUEBEC.CA

LE SKI DE FOND... UN SPORT POUR LA VIE!

Québec



INS

COMITÉ ORGANISATEUR

Directeur d'épreuve
 Secrétaire d'épreuve
 Chef de pistes
 Chef de stade
 Chef des contrôleurs
 Chef du chronométrage
 Délégué technique

CO Saint-Jean
Rosalie Nadeau
André Joly
Pas de stade
Janick Brassard
Nicolas Doyon et Isabel Dupont
Mario Champigny

PROGRAMME DES COMPÉTITIONS

Catégorie (Âge au 31 décembre 2010)	Sexe	Samedi (classique) (Départ par intervalle)		Dimanche (libre) (Départ par intervalle)	
		Distance	Heure	Distance	Heure
2010	F	2,2 km	13h30	3 km 2x1,5	13h30
2010	G	2,2 km	13h30	3 km 2x1,5	13h30
2009	F	4,4 km 2x2,2	13h40	3 km 2x1,5	13h30
2009	G	4,4 km 2x2,2	13h40	3 km 2x1,5	13h30
2008	F	4,4 km 2x2,2	13h40	5,4 km 2x2,7	13h45
2008	G	4,4 km 2x2,2	13h40	5,4 km 2x2,7	13h45
Plus Petits (2011 et +)	F	2,2 km	14h	1,5 km	14h
Plus Petits (2011 et +)	G	2,2 km	14h	1,5 km	14h
Open (2007 et -)	F	6,6 km 3x2,2	14h15	8,1 km 3x2,7	14h15
Open (2007 et -)	G	6,6 km 3x2,2	14h15	8,1 km 3x2,7	14h15



SKIDEFONDQUEBEC.CA

LE SKI DE FOND... UN SPORT POUR LA VIE!

Québec



HORAIRE

Samedi		
Heure	Activité	Lieu
12h	Ouverture du bureau de course pour paiement	Roulotte du club
12h30	Réunion des entraîneurs	Roulotte du club
13h	Distribution des dossards	Roulotte du club
Dimanche		
Heure	Activité	Lieu
12h	Ouverture du bureau de course pour paiement	Roulotte du club
12h30	Réunion des entraîneurs	Roulotte du club
13H	Distribution des dossards	Roulotte du club



SKIDEFONDQUEBEC.CA

LE SKI DE FOND... UN SPORT POUR LA VIE!

Québec



INS
INSTITUT NATIONAL
DU SPORT DU QUÉBEC

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Frais	10\$ par course ou Les 2 courses pour 15\$ Payable sur place à compter de midi.
Inscription	La Pomerleau - Finale Régionale des Jeux du Québec - Estrie - 2023 Zone4.ca
Date limite	Vendredi 27 janvier 2023, 17h
Parcours	Voir cartes en annexe
Stade	Pas de stade, départ par intervalles au début de la piste 3 dans le stationnement P3 du PNMO.
Entraînement	Pistes ouvertes selon les disponibilités du PNMO.
Réunion des entraîneurs	12h30 sur place, à côté de la roulotte du Club dans le stationnement P3 du secteur Stukely du PNMO
Tirage au sort	Pas de tirage au sort, l'ordre de départ sera déterminé au hasard.
Remise des dossards	Après la réunion des entraîneurs
Salles de fartage	Conteneur du club derrière la roulotte du Club dans le stationnement P3 du PNMO.

24/01/2023

PRIX

Description des prix

Médailles aux trois premiers garçons et filles, peu importe leur région d'origine, pour les catégories 2008, 2009, 2010, moins de 2010, open et Plus Petits.

Remise des prix

Plateau des Jackrabbit dans le stationnement P3 du PNMO.

24/01/2023

SERVICES AUX ATHLÈTES

Alimentation

**Aucun service sur place.
Aucun accès à l'eau potable et
aucune toilette.**

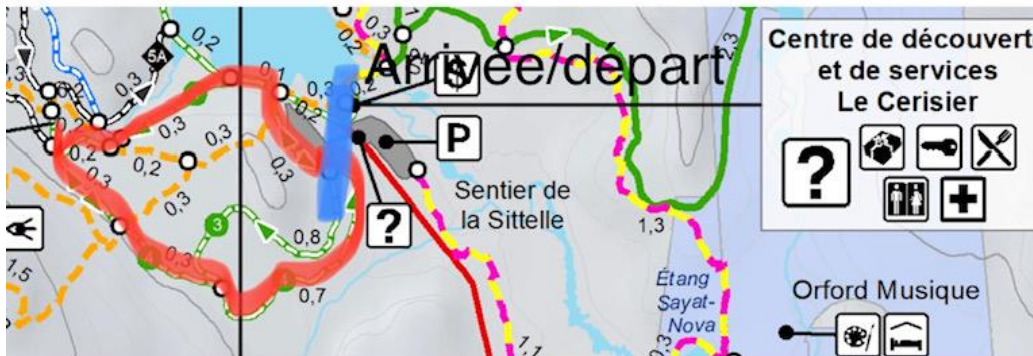
Stationnement

**Selon les disponibilités et les
directives de la SÉPAQ.**

Médical

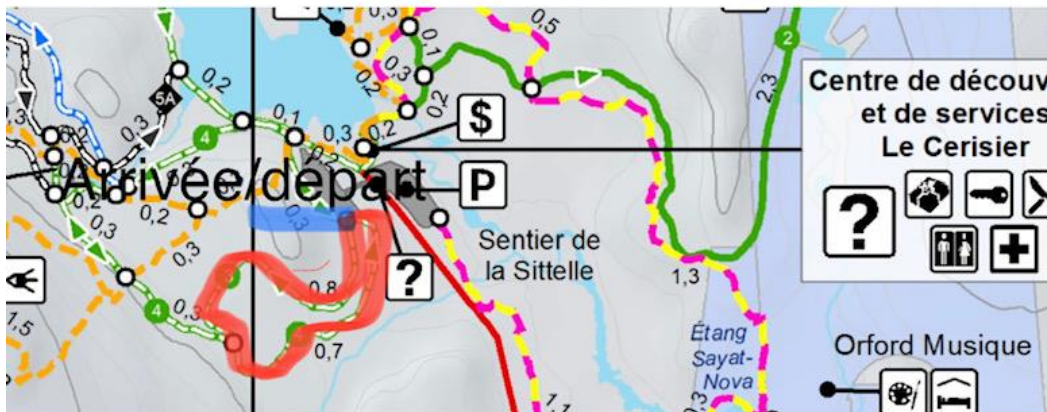
**Premiers soins par les intervenants
sur place et secouristes SÉPAQ.**

Parcours 2,2 KM Classique Sens anti- horaire



Départ sur la 3 vers la 1.
Gauche sur la 1.
Gauche sur la 4.
Garder la gauche pour rester sur
la 4 et revenir à l'arrivée/départ.

Parcours 1,5 km
Technique libre
Sens anti-horaire



Départ sur la 3 vers la 4.
Gauche (tout droit) sur la 4.
Retour à l'arrivée/départ.

Parcours 2,7 km
Style libre
Sens horaire



Départ sur la 3 vers la 4.
Droite sur la 4.
Tout droit mais légèrement vers la
droite sur l'AC10.
Droite sur la 5A.
Droite sur la 1.
Droite sur la 3 vers l'arrivée/
départ.