CLUB DE SKI DE FOND
ET RAQUETTE

AVIS DE COURSE

FINALE RÉGIONALE
DES JEUX DU QUÉBEC
EST DU QUÉBEC
HIVER 2024

Compétition de ski de fond

21 janvier 2024

Club de ski de fond et raquette Amiski
746, chemin Lavoie
St-Antonin
Est-du-Québec

Compétition sanctionnée par

SKIDEFONDQUEBEC.CA

CLUB DE SKI DE FOND ET RAQUETTE

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

INFORMATIONS GÉNÉRALES :

Date	Dimanche le 21 Janvier 2024
Informations	Daniel Talbot 418-860-6193 tald@videotron.ca
Site	Club de ski de fond Amiski, St-Antonin
Adresse	746, chemin Lavoie St-Antonin, Québec Accès par l'autoroute 85, sortie 85, Direction station-service Irving.
Directions	Une carte de localisation est disponible à l'adresse suivante: www.clubamiski.weebly.com
Directeur d'épreuve	Daniel Talbot
Secrétaires d'épreuve	Carole Lalonde
Chef de stade	Marc Beaudoin
Chef de piste	Sébastien Lévesque
Chef contrôleur	Élisabeth Roy
Chef du chronométrage	Sébastien Bolduc
Type de course	AM : Classique départ individuel et PM : Style libre départ de masse
Sanction	Ski de fond Québec
Règlements	Nordiq Canada : (https://nordiqcanada.ca/fr/centre-de-documentation/?wpv-document&wpv-document-category=courses&wpv_aux_current_post_id=4199&wpv_view_count=2599)

Admissibilité	Hommes et femmes des catégories M8 à Open
Programme de compétition	Voir Annexe 1
Affiliation (Athlètes)	Détenir une licence de course provinciale de Ski de fond Québec. Si le compétiteur ne possède pas de licence annuelle, il doit se procurer une licence d'un jour au coût de 3 $ payable en même temps que l'inscription par Zone 4.
Inscription	L'inscription se fera via la plateforme Zone4 (https://zone4.ca/) à partir du lundi 8 janvier 2024 *Les entraineurs devront obligatoirement s'inscrire via Zone4 afin de recevoir l'invitation à la réunion des entraineurs (aucun fais d'inscription ne sera facturé)*
Frais	8 $ pour les skieurs de la catégorie M8 20 $ pour les skieurs des catégories M10 à Open. Les frais sont payables en ligne lors de l'inscription par Zone 4 et sont non remboursables.
Annulation de la course	Advenant des conditions de neige et/ou climatiques défavorables, l'annulation ou les modifications de dernière minute de l'évènement seront diffusées via le site suivant : Facebook : https://www.facebook.com/groups/268605512004793 La décision d'annuler ou de modifier l'horaire sera prise au plus tard le samedi 20 janvier 2024 midi *Prenez note que si la compétition devait être annulée elle sera reportée au dimanche 28 janvier au club de ski MOUSKI à Rimouski*
Date limite	La date limite pour s'inscrire est le Jeudi ***18 janvier*** 2024, à 21 h. ***N.B. Aucune inscription sur place acceptée***.
Tarif d'accès aux pistes	L'accès aux pistes sera gratuit pour les compétiteurs et leurs entraîneurs le jour de la compétition.
Ordre de départ	Voir Annexe 2
Parcours	Voir Annexe 3
Stade	Voir Annexe 4
Réunion des entraineurs	Réunion virtuelle Vendredi le 19 janvier 2024 à 19h30

Remise des dossards	Le matin de l'épreuve au secrétariat du site de compétition L'athlète conservera son dossard pour la durée de la compétition Un frais de 50$ sera exigé pour un participant qui ne remettrait pas son dossard
Horaire	Voir Annexe 5
Éthique relative au fartage	AUCUN fart à base de fluor, quelque soit sa forme, (glisse et/ou d'adhérence) ne sera permis pendant la tenue de cette compétition. Le respect de cette directive est autogéré et demeure la responsabilité des entraîneurs, des parents et des techniciens de fartage
Remise des médailles	Sur le site après le programme des courses de la journée
Résultats	Disponible sur Zone4

ANNEXE 1 : PROGRAMME DES COMPÉTITIONS :

Catégorie	**Sexe**	**Année de naissance**	**Matin** *Classique* *Départ individuel* *(Aux 30 secondes)*[1]		**Après-Midi** *Libre* *Départ de masse*	
			Distance	**Boucle**	**Distance**	**Boucle**
M8	M/F	2016-2018	700 m	2 x 350 m (Jaune)		
M10	M/F	2014-2015	1 km	1 x 1 Km (Verte)	2 km	2 x 1 Km (Verte)
M12	M/F	2012-2013	1,5 Km	1 x 1,5 Km (Bleue)	3 km	2 x 1,5 Km (Bleue)
M14	M/F	2010-2011	1.5 km	1 x 1,5 Km (Bleue)	3 km	2 x 1,5 Km (Bleue)
M16	M/F	2008-2009	2,7 km	1 x 2,7 Km (Rouge)	5,4 km	2 x 2,7 Km (Rouge)
M18	M/F	2006-2007	4 km	1 x 4 km (Noire)	8 km	2 x 4 km (Noire)
Open	M/F	2005 et avant	4 km	1 x 4 km (Noire)	8 km	2 x 4 km (Noire)

Compte tenu de la dégradation possible de la condition des pistes, ces distances sont sujettes à changement. Les équipes seront avisées dès que possible.

[1] **Excepté la catégorie M8 : Départ aux 15 secondes**

ANNEXE 2 – ORDRE DE DÉPART / TIRAGE AU SORT

Départ individuel :

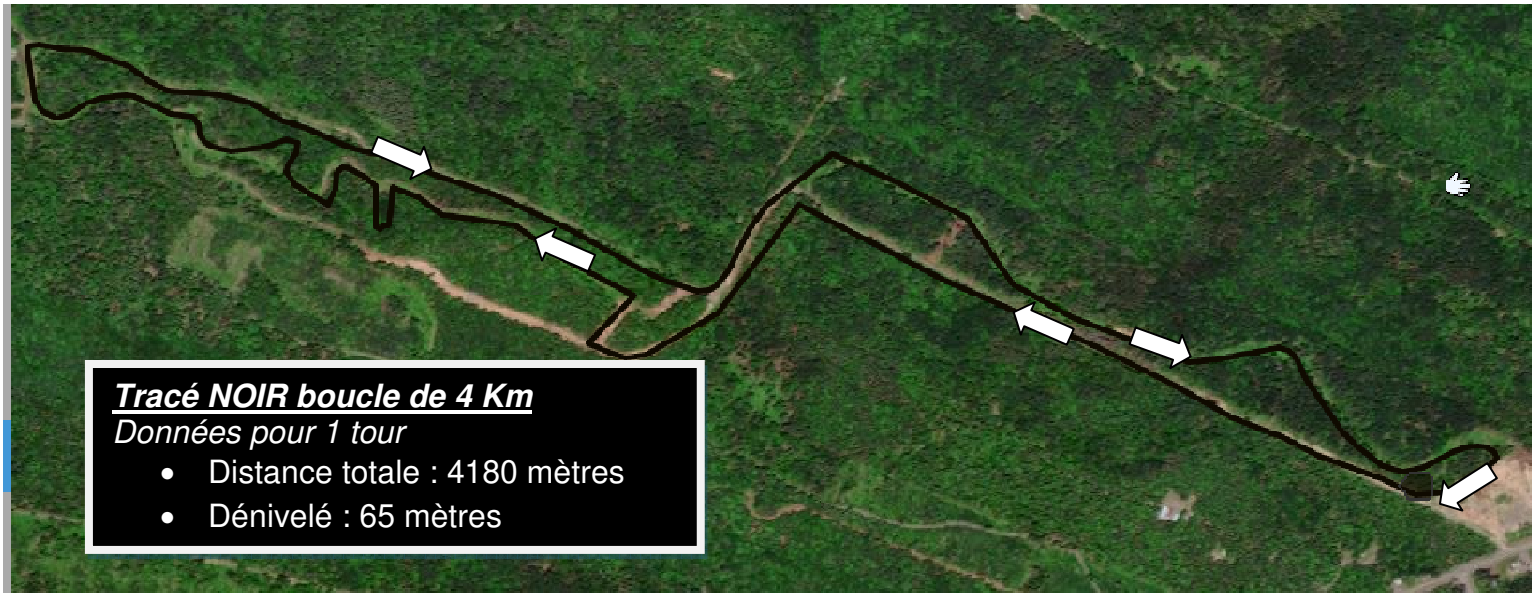
On procèdera par tirage au sort pour déterminer l'ordre des départs individuels.

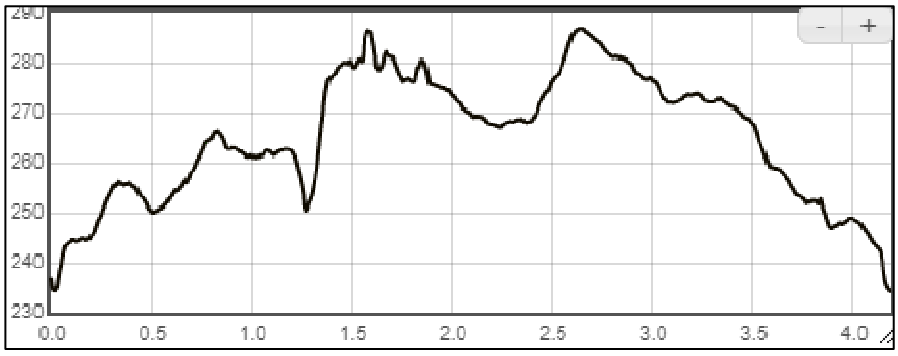
La liste de départ sera disponible ;a la réunion des entraineurs.

Départ de masse

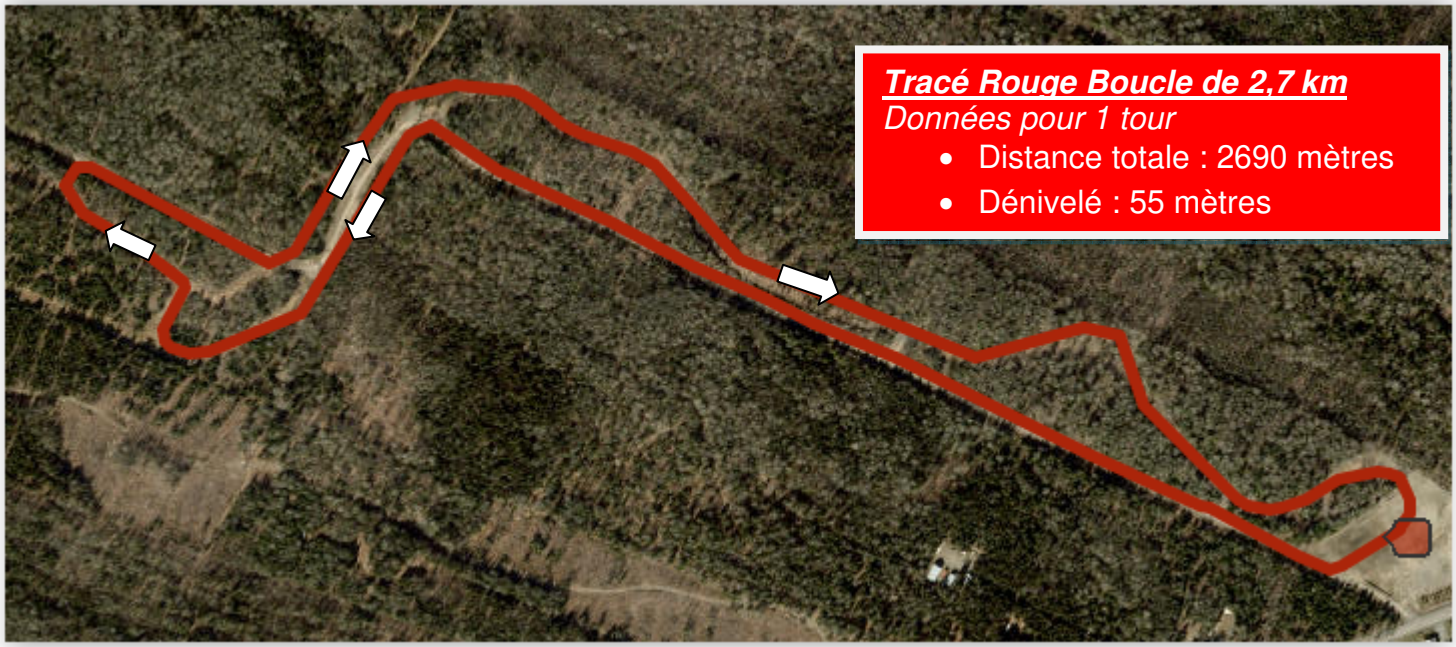
Les positions de départ seront en fonction des résultats de la course en départs individuels.

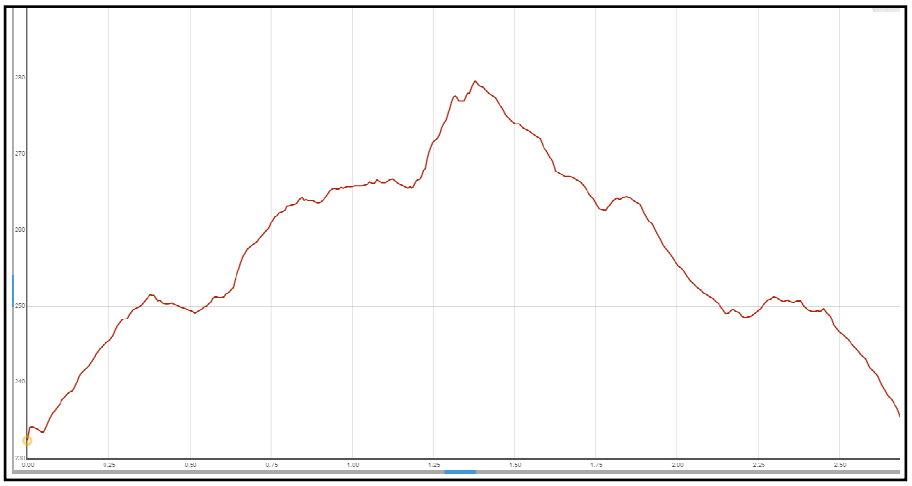
ANNEXE 3 PARCOURS



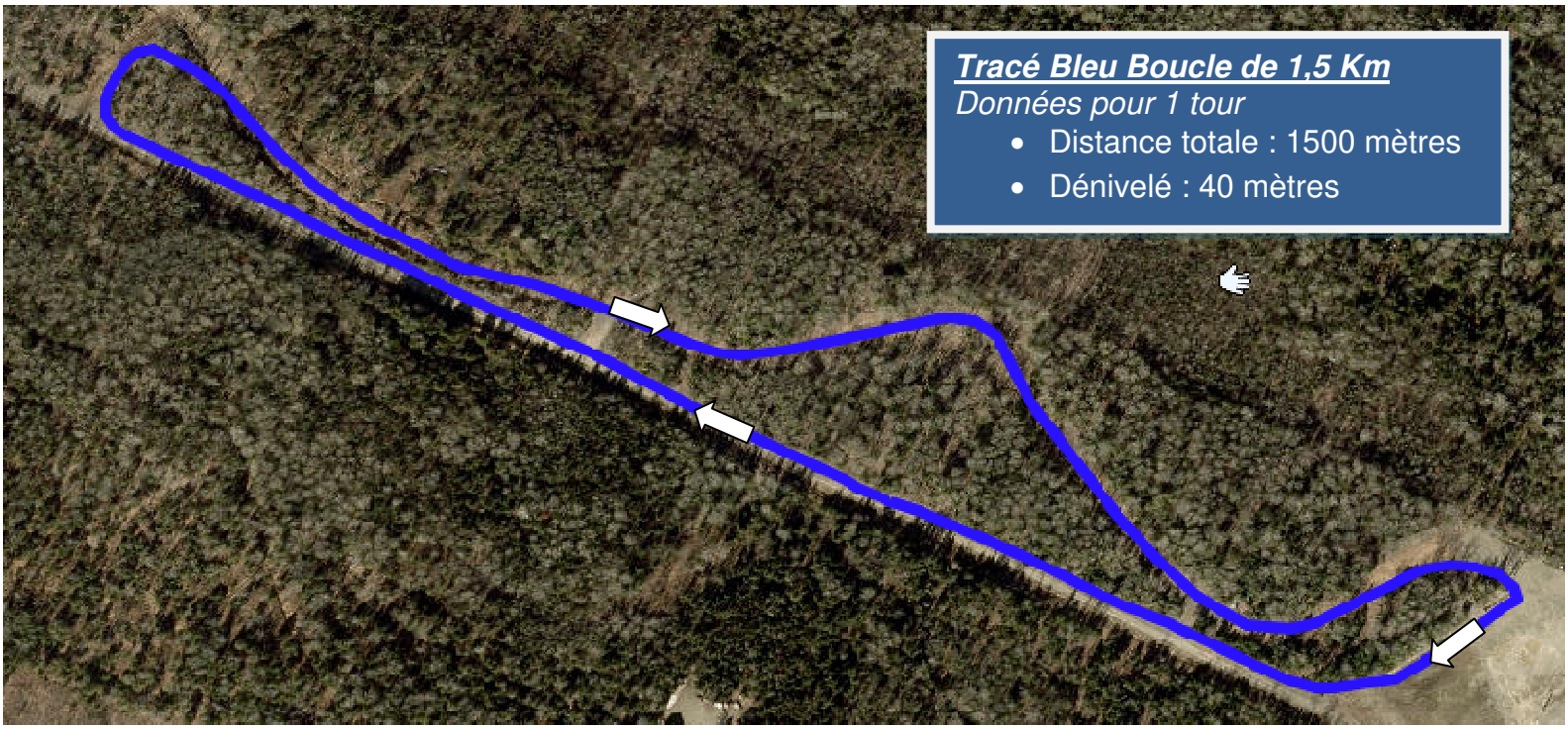


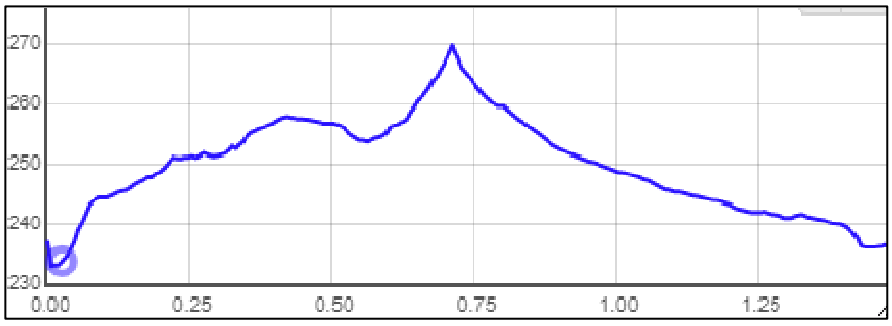
ANNEXE 3 PARCOURS



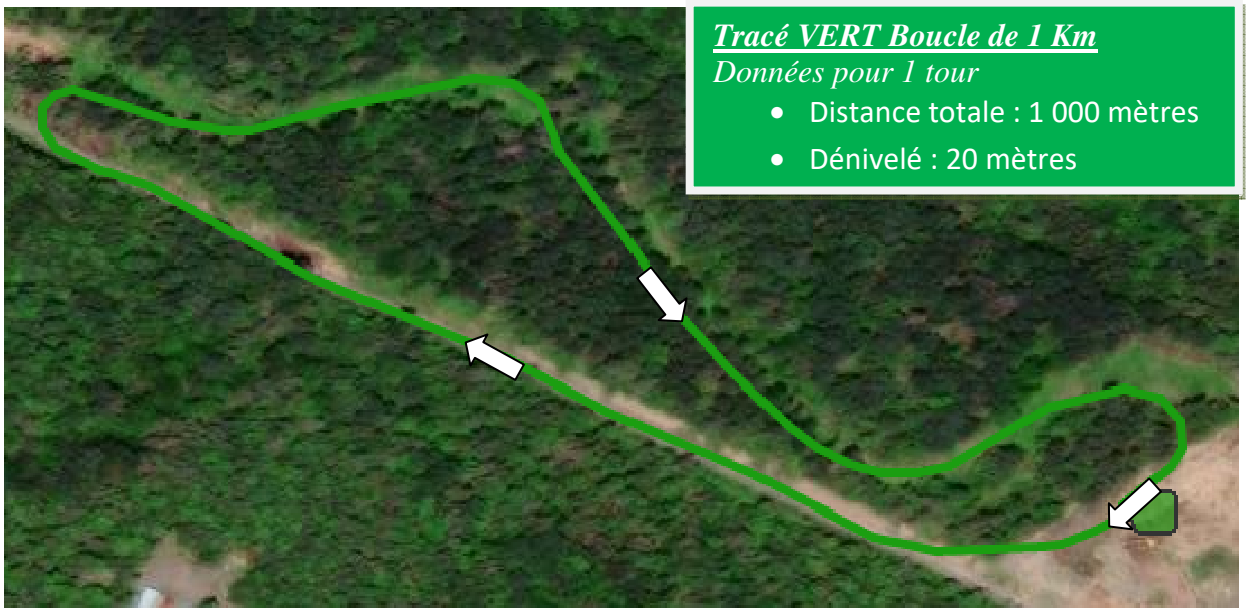


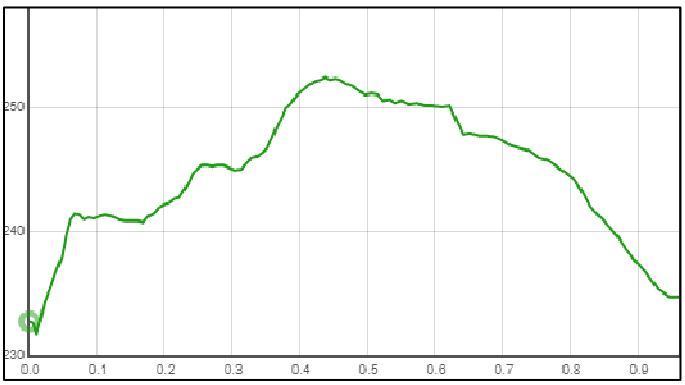
ANNEXE 3 PARCOURS


Tracé Bleu Boucle de 1,5 Km
Données pour 1 tour
Distance totale : 1500 mètres
Dénivelé : 40 mètres


270
260
250
240
230
0.00
0.25
0.50
0.75
1.00
1.25

ANNEXE 3 PARCOURS



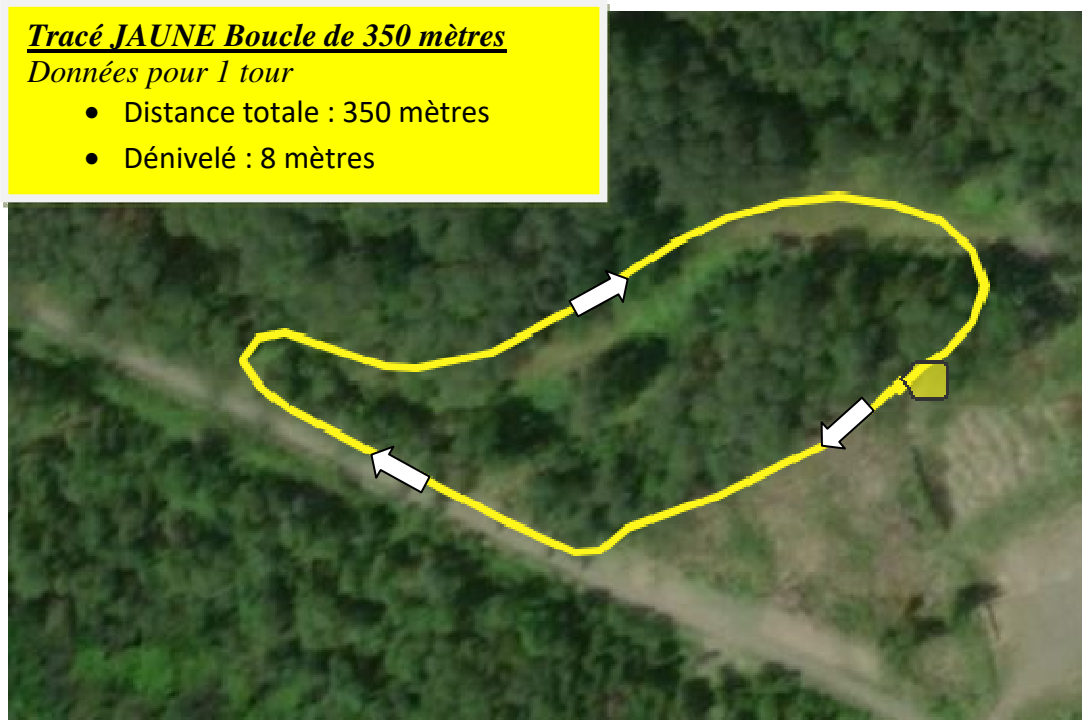


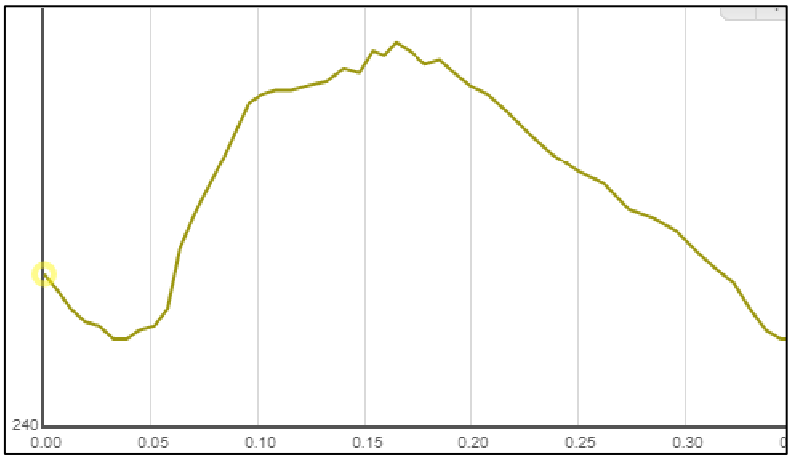
ANNEXE 3 PARCOURS

Tracé JAUNE Boucle de 350 mètres

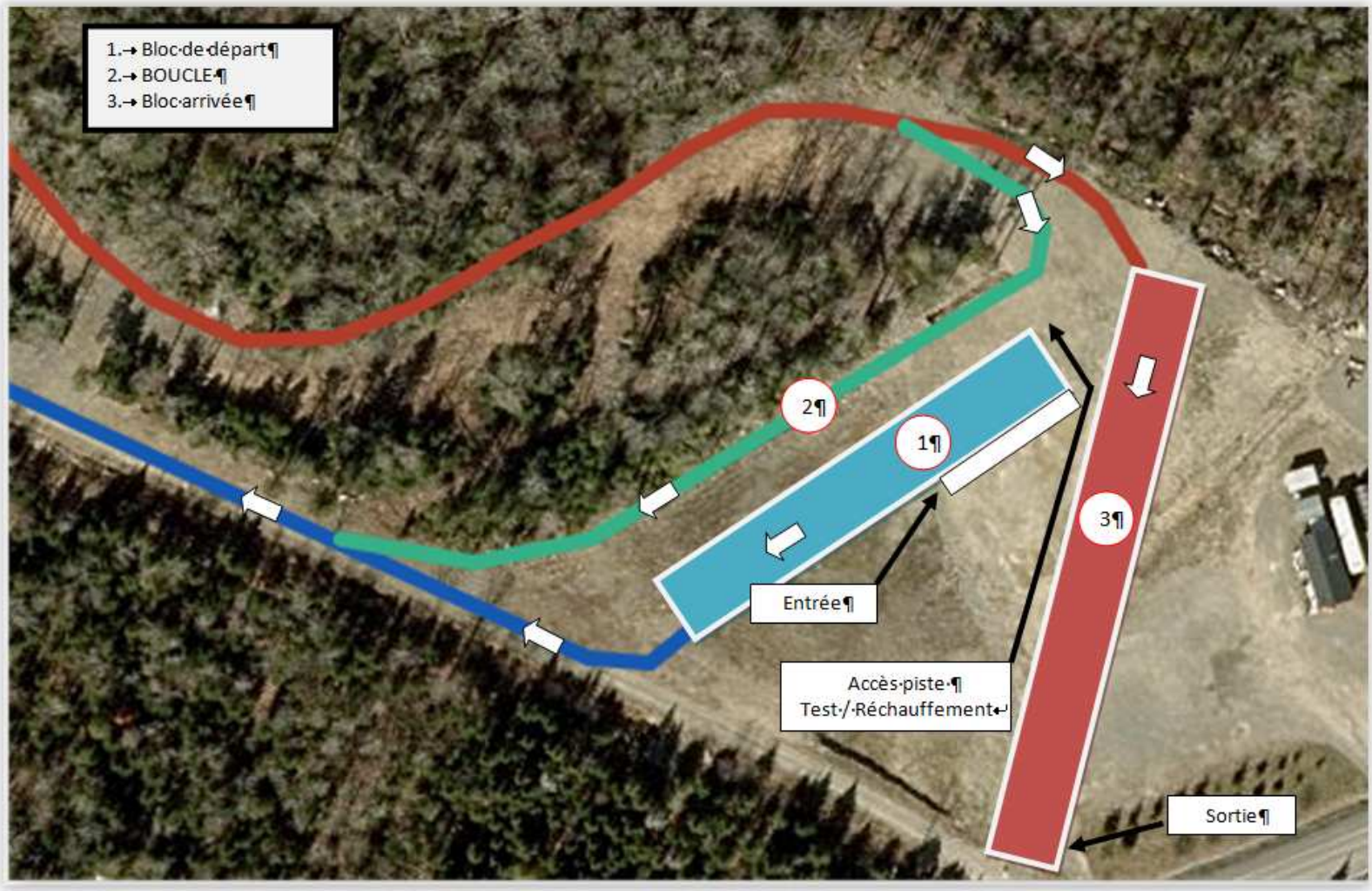
Données pour 1 tour

- Distance totale : 350 mètres
- Dénivelé : 8 mètres





ANNEXE 4 PARCOURS



ANNEXE 5 : HORAIRE

Ouverture salle de fartage	08h00
Ouverture du secrétariat	08h00
Reconnaissance des parcours	08h00
Fermeture du secrétariat	09h15
Fermeture des parcours	09h30
Premier départ (avant-midi)	09h45
Premier départ (après-midi)	12h45
Remise des médailles	14h45

Classique Départ individuel aux 30 sec (2 minutes entre chaque catégorie de M10 à Open)	
M8 (2 tours de 350 m)	9h40
M10 (1 tours de 1 KM)	10h05
M12 (1 tours de 1,5 KM)	
M14 (1 tours de 2,5 km)	
M16 (1 tours de 4 Km)	
M18 (1 tours de 4 Km)	
Open (1 tours de 4 Km)	

Style libre Départ de Masse MIXTE	
M10 (2 tours de 1 KM)	12h45
M12 (2 tours de 1,5 KM)	13h00
M14 (2 tours de 2,5 km)	13h15
M18 + Open (2 tours de 4 Km)	13h30
M16 (2 tours de 4 Km)	13h35