



AVIS DE COURSE

A) INFORMATIONS GÉNÉRALES

NOM DE LA COMPÉTITION	CLASSIQUE DU CLUB DÉFI <u>Finale régionale des Jeux du Québec</u> Région Lanaudière
CLUB-HÔTE	Club Défi
SITE DE LA COMPÉTITION	Ski Montagne Coupée Saint-Jean-de-Matha
TARIF D'ACCÈS AUX PISTES	Gratuit pour les participants sur la piste de compétition. Tous les participants et les autres skieurs doivent payer les droits d'accès aux autres pistes du centre de ski de fond.
ADRESSE	204 chemin de la Montagne Coupée, Saint-Jean-de-Matha J0K 2S0
DATES	Samedi 27 janvier 2024
SANCTIONS	SFQ Épreuve de niveau 3 de Nordiq Canada
NORMES TECHNIQUES	Règlements des compétitions canadiennes Règlements des Jeux du Québec / Normes d'opération Modèle de compétition

ADMISSIBILITÉ	Ouvert à tous Licence de course annuelle ou licence de jour de SFQ requise et disponible lors de l'inscription en ligne au coût de 3\$.
MODALITÉS D'INSCRIPTION	Frais : Gratuit à 5\$ selon les catégories Zone 4 : www.zone4.ca (Sous Classique du club Défi 2024 à partir du 13 janvier) Date limite : jeudi 25 janvier 2024, 23h59 Aucune inscription le matin de la course
STADE ET PARCOURS	Voir les annexes à la fin du document
OUVERTURE DU SECRÉTARIAT	8h à 14h30
ENTRAÎNEMENT	Entre 9h à 9h50
FORMATS DE COURSE	Départs individuels et départ de masse selon la catégorie
REMISE DES DOSSARDS	À partir de 8h45 au bureau de course
DESCRIPTION DES PRIX	3 médailles dans chaque catégorie (F&M) Médaille de participation à tous les athlètes M10 et M12
REMISE DES PRIX	14h00
SALLE DE FARTAGE	Fartage à l'extérieur seulement. Vous devez être entièrement autonomes.
SERVICES AUX ATHLÈTES	Alimentation : Eau et collation après la course Stationnement : Sur place Médical : Premiers soins sur place

B) COMITÉ ORGANISATEUR

Chef de compétition	Daniel Bellerose
Co-secrétaires de compétition	Joanie Melançon et Maryse Lapierre
Co-Chef de parcours	François Richard
Chef de stade	Raymond Derouin
Chef des contrôleurs	François Richard
Chef du chronométrage et zone4	Michel Rainville
Sécurité	Martin Rousseau
Bénévoles	Sonia Chaput
Protocole	Marie-Pierre Lafond
Renseignements	Pour informations, contactez : Daniel Bellerose 450-271-6100 danbellerose@videotron.ca

C) MESURES SANITAIRES

Les mesures sanitaires concernant la COVID-19 évoluent de jour en jour. Le comité organisateur appliquera les protocoles qui s'alignent sur les attentes et les directives de la Santé publique et des propriétaires de Ski Montagne Coupée.

D) SÉLECTION POUR LA FINALE PROVINCIALE DES JEUX DU QUÉBEC 2024

Les athlètes qui désirent être sélectionnés pour la Finale provinciale de Sherbrooke doivent faire deux courses dans la même journée. Un départ de masse sera donné à 10h en style classique et un départ individuel sera donné à 13h en style libre. Le surclassement d'une année est possible. Voici les règles :

- Aucun surclassement ne sera autorisé pour compléter la catégorie des 12 ans par un.e jeune de 11 ans. Filles et garçons.
- Le surclassement sera autorisé pour compléter la catégorie des 13 ans par un.e jeune de 12 ans né.e entre le 1er janvier et le 31 décembre 2011 et cette situation devra être clairement identifiée à l'inscription. Filles et garçons.
- Le surclassement sera autorisé pour compléter la catégorie des 14 ans par un.e jeune de 13 ans né.e entre le 1er janvier et le 31 décembre 2010 et cette situation devra être clairement identifiée à l'inscription. Filles et garçons.

La piste d'échauffement sera disponible à partir de 9h. Les athlètes sont responsables de la reconnaissance de leur parcours respectif. La piste sera fermée à 9h50. Voir les cartes à la fin de ce document.

Les athlètes sélectionnés pour représenter la région de Lanaudière devront s'inscrire sur le site de Sport Québec pour pouvoir participer à la Finale provinciale de Sherbrooke en suivant le lien ci-dessous. Avant de débiter votre inscription, assurez-vous d'avoir une photo numérique disponible et votre carte d'assurance-maladie. Le code de sport est **LAN-SKF**. De plus, si vos parents disposent d'une assurance privée (maladie, médicaments, soins d'un professionnel de la santé), notez le nom de la compagnie et le numéro de la police d'assurance. Suivez le lien suivant pour l'inscription si vous êtes sélectionné.e.

Des frais seront exigés pour la participation à la Finale provinciale

1. Des frais d'encadrement dont le coût est à déterminer.
2. Des frais de 155\$ pour les vêtements de la région et le transport.

Pour les athlètes:

<https://apps.publicationsports.com/fr/public/76/athlete-public-form.html>

Pour les entraîneurs:

<https://apps.publicationsports.com/fr/public/76/intervenants-public-form.html>

E) COMMUNICATIONS

Toutes les communications seront faites via les adresses courriels inscrites lors de l'inscription sur zone4. Pour les plus jeunes qui n'auraient pas d'adresse courriel, inscrire celle des parents.

F) CATÉGORIES ET PROGRAMME

Catégories H et F	Années de naissance	Distances
M10-1 (8 ans)	2015	2 km (2 x 1 km)
M10-2 (9 ans)	2014	2 km (2 x 1 km)
M12-1 (10 ans)	2013	3 km (3 x 1 km)
M12-2 (11 ans)	2012	3 km (3 x 1 km)
M13 (12 ans) *	2011	3 km (2 x 1,5 km)
M14 (13 ans) *	2010	4,5 km (3 x 1,5 km)
M15 (14 ans) *	2009	4,5 km (3 x 1,5 km)
M16 (15 ans)	2008	4,5 km (3 x 1,5 km)
M18 (16-17 ans)	2006-2007	7,5 km (5 x 1,5 km)
M20 (18-19 ans)	2004-2005	7,5 km (5 x 1,5 km)
Senior (20-30 ans)	1993-2003	7,5 km (5 x 1,5 km)
Participation	1992 et moins	7,5 km (5 x 1,5 km)

Note 1 : l'âge officiel est celui au 31 décembre 2023.

*** : Admissibles à la Finale provinciale des Jeux du Québec à Sherbrooke.**

G) HORAIRE

<u>Heures</u>	<u>Catégories</u>	<u>Distances et parcours</u>
10h Départ groupé Style classique	M13 (12 ans)	3 km (2 x 1,5 km)
	M14 (13 ans)	4,5 km (3 x 1,5 km)
	M15 (14 ans)	4,5 km (3 x 1,5 km)
	M16 (15 ans)	4,5 km (3 x 1,5 km)
10h30 Départ groupé Style classique	M12 (10-11 ans)	3 km (3 x 1 km)
10h50 Départ groupé Style classique	M10 (8-9 ans)	2 km (2 x 1 km)
11h10 Départ groupé Style classique	M18 (16-17 ans)	7,5 km (5 x 1,5 km)
	M20 (18-19 ans)	7,5 km (5 x 1,5 km)
	Senior (20-30 ans)	7,5 km (5 x 1,5 km)
	Participation F	7,5 km (5 x 1,5 km)
	Participation M	7,5 km (5 x 1,5 km)
13h (Départs individuels aux 30 s.) (style libre)	M13 (12 ans)	3 km (2 x 1,5 km)
	M14 (13 ans)	4,5 km (3 x 1,5 km)
	M15 (14 ans)	4,5 km (3 x 1,5 km)
	M16 (15 ans)	4,5 km (3 x 1,5 km)
	M18 (16-17 ans)	4,5 km (3 x 1,5 km)
14h	Remise des médailles au foyer de Ski Montagne Coupée 🏆🥈🥉 Pour les catégories M10 et M12, tous les inscrits reçoivent une médaille d'or à l'arrivée	

H) SÉLECTION DES ATHLÈTES POUR LA FINALE PROVINCIALE

- 1) Les athlètes sont classés en fonction des points de pourcentage obtenus à chaque course.
- 2) Formule de calcul du % d'un fondeur ou d'une fondeuse :

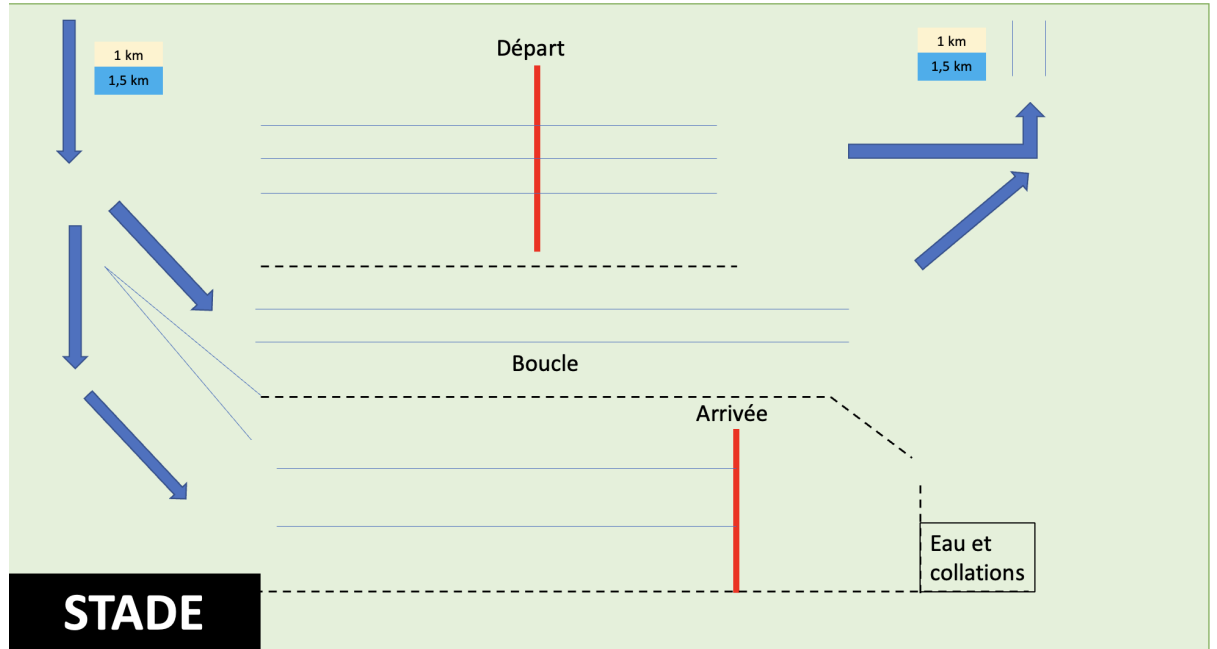
(Temps du gagnant en secondes ÷ temps du fondeur en secondes) x 100

- 3) La sélection des athlètes doit se faire en fonction du cumulatif des points du meilleur résultat en technique classique et du meilleur résultat en technique libre.
- 4) Pour deux courses de sélection, le cumulatif est constitué du pourcentage de la course classique et celui de la course libre.

Exemple de classement : Les 2 premières au cumulatif sont qualifiées pour les Jeux.

Participant	Course #1		Course #2		Cumulatif
	Temps	%	Temps	%	
Catherine	20 :53 (1)	100,00	17 :13 (2)	98,94	198,94
Émilie	21 :07 (2)	98,90	17 :02 (1)	100,00	198,90
Gabrielle	21 :23 (3)	97,66	18 :20 (4)	92,91	190,57
Geneviève	21 :29 (4)	97,21	18 :17 (3)	93,16	190,37

I) LE STADE



J) LES PARCOURS

