SKIDEFONDQUEBEC.CA

AVIS DE COURSE

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

INFOS GÉNÉRALES **Nom de la compétition**	**Skibec Nordique et le Club Nordique Mont Sainte-Anne vous invitent à la première étape de la Coupe Québec 2017.**
Club-hôte	**Skibec Nordique et Club Nordique Mont Ste-Anne**
Site	**Centre de ski de fond de la station Mont Ste-Anne, Rang St-Julien, St-Ferréol-les-Neiges**
Tarif d'accès aux pistes	**10 $ / jour voir frais d'inscription**
Adresse	**241-301 Rang Saint Julien, Saint-Ferréol-les-Neiges, QC G0A 3R0**
Directions **(voir carte en annexe)**	**Adresse Google map**
Dates	**14 et 15 janvier 2017**
Sanction	**SFQ et SFC**

Admissibilité	Les intervenants doivent répondre à certains critères d'admissibilité pour pouvoir participer à la Coupe Québec Club : Un club doit être affilié à Ski de fond Québec et remplir toutes les exigences de l'affiliation, payer les droits requis, inscrire ses administrateurs et inscrire ses membres. Entraîneurs : Les entraîneurs doivent être membre «Entraîneur» de Ski de fond Québec afin de pouvoir représenter officiellement leur club aux réunions d'entraîneurs. Compétiteurs : Les compétiteurs doivent détenir une licence de course annuelle provinciale SFQ et une licence de course nationale annuelle pour participer aux épreuves du circuit, sauf à celles de la finale. La licence annuelle de SFC est nécessaire pour obtenir des points canadiens. Les licences annuelles sont obligatoires pour les coureurs du circuit provincial pour les catégories juvénile à sénior. La licence « Développement » ou licence de jour nationale (SFC) pour les athlètes (atome, peewee, midget) est dorénavant exigée lors des épreuves ayant lieu en même temps qu'une Coupe continentale Noram/FIS. En Coupe Québec régulière, la licence SFC (5$) ne sera pas requise pour les athlètes de la catégorie midget. Les coureurs de la catégorie maître (volet régional) qui n'ont pas de licence provinciale ou nationale annuelle SFC ou SFQ devront doivent se procurer une licence journalière SFC et SFQ au coût de 5$ chacune. Les coureurs doivent se procurer les licences de jour lors de l'inscription en ligne en cochant la case appropriée sur le formulaire zone4. Sinon, ils sont tenus de signer les formulaires de licences de jour au secrétariat de la course et de payer les montants requis pour avoir leur dossard de compétition. Les compétiteurs venant de l'extérieur du Québec doivent posséder une licence de course délivrée et reconnue par leur province, état ou pays (selon la provenance) de résidence ou d'origine. Ils doivent pouvoir présenter cette preuve au besoin.

COMITÉ ORGANISATEUR

Directeur d'épreuve	**Louis Turenne**
Secrétaire d'épreuve	**Caroline Letarte**
Chef de pistes	**Hugues Longpré**
Chef de stade	**Natalie Ouimet**
Chef des contrôleurs	**Lyne Tétrault**
Chef du chronométrage	**Gilles Laliberté**
Délégué technique	**René Pomerleau**

PROGRAMME DES COMPÉTITIONS

Catégorie (année de naissance)	Sexe	Samedi (style libre) (depart par intervalles)		Dimanche (style classique) (depart de masse)	
		Distance et parcours ● ● ●	Heure 1er départ à 9h30	Distance	Heure 1er départ à 9h30
Coupe Québec					
Midget (2003-2004-2005)	F	**3.5 km** ●	**1 tour**	**3.5 km** ●	**1 tour**
Midget (2002-2003-2004)	M	**3.5 km** ●	**1 tour**	**3.5 km** ●	**1 tour**
Juvénile (2001-2002-(2003))	F	**5 km** ●	**1 tour**	**5 km** ●	**1 tour**
Juvénile (2001-2002)	M	**5 km** ●	**1 tour**	**5 km** ●	**1 tour**
Junior B (1999-2000)	F	**5 km** ●	**1 tour**	**5 km** ●	**1 tour**
Junior B (1999-2000)	M	**10 km** ●	**2 tours**	**10 km** ●	**2 tours**
Junior A (1997-1998)	F	**5 km** ●	**1 tour**	**10 km** ●	**2 tours**
Junior A (1997-1998)	M	**10 km** ●	**2 tours**	**15 km** ●	**3 tours**
U23 (1994-1995-1996)	F	**5 km** ●	**1 tour**	**10 km** ●	**2 tours**
U23 (1994-1995-1996)	M	**10 km** ●	**2 tours**	**15 km** ●	**3 tours**
Senior (1986-1993)	F	**5 km** ●	**1 tour**	**10 km** ●	**2 tours**
Maître (1994 – et avant)	F	**5 km** ●	**1 tour**	**10 km** ●	**2 tours**
Senior (1986-1993)	M	**10 km** ●	**2 tours**	**15 km** ●	**3 tours**
Maître (1985 et avant)	M	**10 km** ●	**2 tours**	**15 km** ●	**3 tours**

Note: des résultats seront publiés pour les participants universitaires. Les catégories maîtres ne font pas partie de la Coupe Québec mais plutôt du volet régional.

HORAIRE

Vendredi		
Heure	**Activité**	**Lieu**
13h00	Accueil des compétiteurs et ouverture des pistes	Chalet du rang St-Julien
17h00	Réunion des entraîneurs	Chalet rang St-Julien
21h00	Fermeture de la salle de fartage	Chalet rang St-Julien
Samedi		
Heure	**Activité**	**Lieu**
6h00	Ouverture salle de fartage et ouverture des pistes	Chalet rang St-Julien
8h00 à 9h 00	Distribution des dossards	Chalet rang St-Julien
9h30	Premier départ	
30 min après la fin des courses	Remise des médailles	Devant le Chalet du rang St-Julien
13h30-16h00	Ouverture des pistes	
17h00	Réunion des entraîneurs	Chalet rang St-Julien
21h00	Fermeture de la salle de fartage	Chalet rang St-Julien
Dimanche		
Heure	**Activité**	**Lieu**
6h00	Ouverture de la salle de fartage et ouverture des pistes	Chalet rang St-Julien
8h00 – 9h00	Ouverture du secrétariat et distribution des dossards	Chalet rang St-Julien
9h30	Premier départ	
30 min après la fin des courses	Remise des médailles	Devant le Chalet du rang St-Julien

Note : horaire précis des départs à venir sur zone4

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Frais	Les frais d'inscription sont de 35 $ par course sauf pour la catégorie Midget. Les frais d'accès aux pistes sont de 10 $ par jour et seront ajoutés aux frais d'inscription pour un total de 45 $. L'accès au site est gratuit aux coureurs et aux entraîneurs le vendredi pm à partir de 13h. Pour la catégorie Midget, les frais sont de 25 $ par course incluant l'accès aux pistes.
Inscription	Début des inscriptions le 14 décembre 2016. Aucune inscription autre que sur www.zone4.ca ne sera acceptée et ce pour toutes les catégories (midget, juvénile, junior B, junior A, U23, sénior). Les frais d'inscription sont payables lors de l'inscription en ligne www.zone4.ca et sont non remboursables. À moins de cas de force majeure (annulation par l'organisation en raison des conditions) 75% des frais seront remboursés aux clubs si l'annulation se fait 48 heures avant la tenue de l'événement soit avant le jeudi 12 janvier 2017 à 9h 30. Si l'annulation se fait le matin de la compétition aucun frais n'est remboursé.
Date limite	La date limite d'inscription est lundi le 9 janvier 2017 à 23h 59 heure de l'Est au coût de 35$ par course + 10 $ pour l'accès aux pistes par jour. Des frais supplémentaires de 20$ par course seront perçus pour toutes inscriptions après cette date et celles-ci seront assujetties à une approbation du Jury au préalable à la réunion des entraîneurs, sans droit appel.
Parcours	**Voir annexes « Plan et Parcours des pistes »**
Stade	**Voir annexe « plans des stades »**

Entraînement	Vendredi de 13h00 - 17h00 Samedi de 6h00- 9h00 et 13h30 – 16h00 Dimanche 6h00- 9h00
Réunion des entraîneurs	Vendredi le 13 janvier à 17h00 au chalet du rang St-Julien Samedi le 14 janvier à 17h00 au chalet du rang St-Julien
Tirage au sort	Selon les règlements de la Coupe Québec 2016 au point 9
Remise des dossards	Chaque matin entre 8h00 et 9h00 au chalet du rang St-Julien
Salles de fartage	Chalet du rang St-Julien Vendredi 13 janvier 13h00- 21h00 Samedi 14 janvier 06h00 – 21h00 Dimanche 15 janvier 06h00 – 13h00

PRIX

Description des prix	Les médailles de la Coupe Québec remises à chacune des compétitions sont fournies par Ski de fond Québec. Les médailles seront remises après chaque compétition aux trois premiers de chacune des catégories éligibles (juvénile, junior B, junior A, sénior (U23 et 23 et +) et universitaires.
Remise des prix	La remise des médailles aura lieu samedi et dimanche 30 min après chaque course selon les résultats non officiels devant le chalet du rang St-Julien**.** Un coureur qui ne se présente pas à la remise des médailles dans un délai raisonnable ne pourra y avoir droit.

SERVICES AUX ATHLÈTES

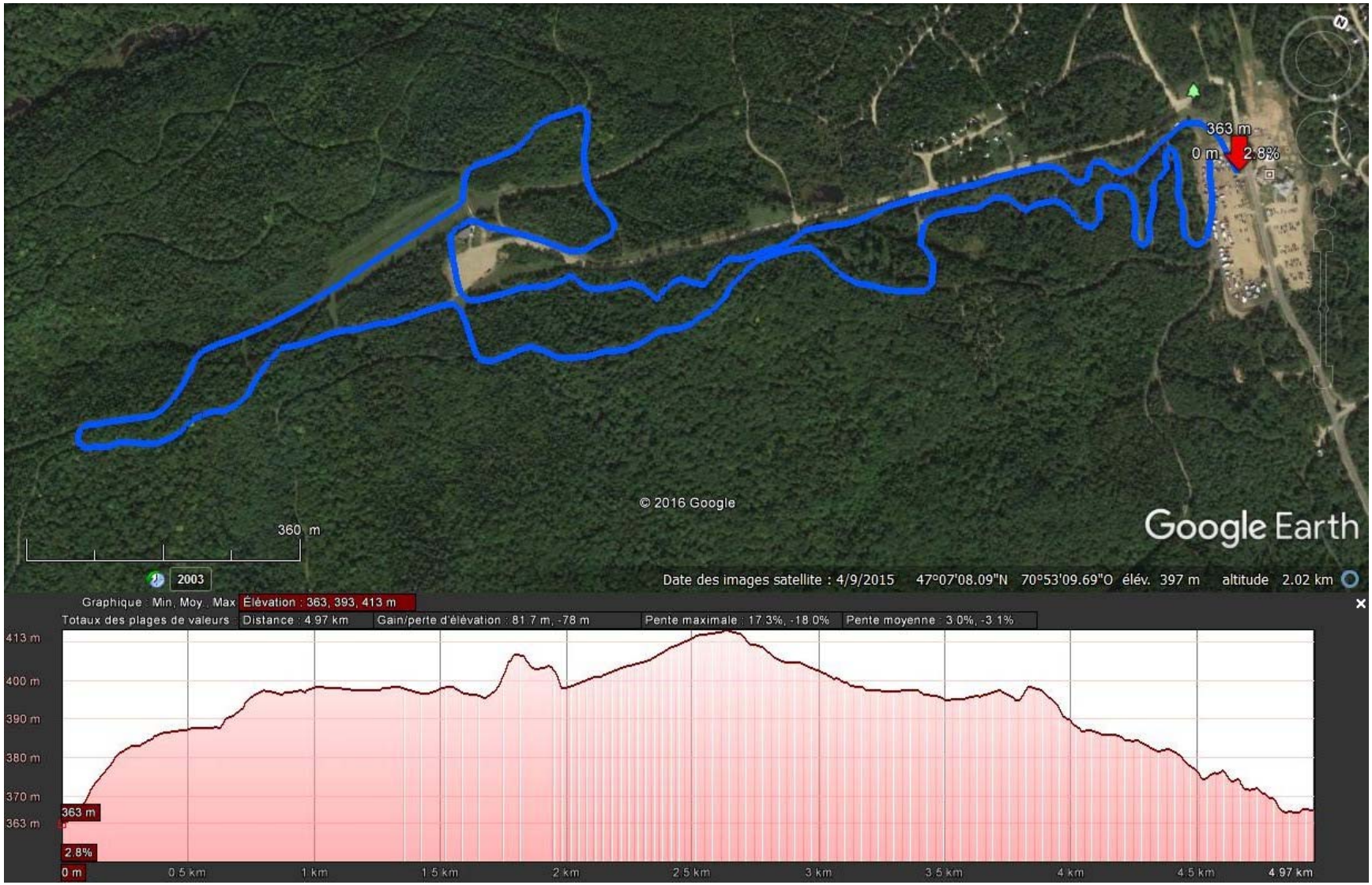
Alimentation	Cafétéria sur place ($)
Hébergement	Hébergement à moins de 5 km du centre de ski de fond Hotel Château Mont-St-Anne http://www.chateaumontsainteanne.com Chalets Villages Chalets 4 chambres Maisons de 3 à 9 chambres www.chalets-village.qc.ca Courriel : gethier@chalets-village.qc.ca Tél : 1-800-461-2030 Auberge Refuge du Faubourg Chambres avec cuisinette www.refugedufaubourg.com Courriel : auberge@refugedufaubourg.com Tél : 1-800 463-5752 Chalets Montmorency Condo maisons villas de 1 à 8 chambres www.chaletsmontmorency.com Courriel : chalets@oricom.ca Tél : 1-800-463-2612 Centre de réservations :1-800 463-1568 www.quebecreservotel.com info@quebecreservotel.com Information touristique Pour renseignements supplémentaires www.regiondequebec.com
Stationnement	Rang St-Julien
Médical	Patrouille Canadienne du ski
Activité sociale	Aucune

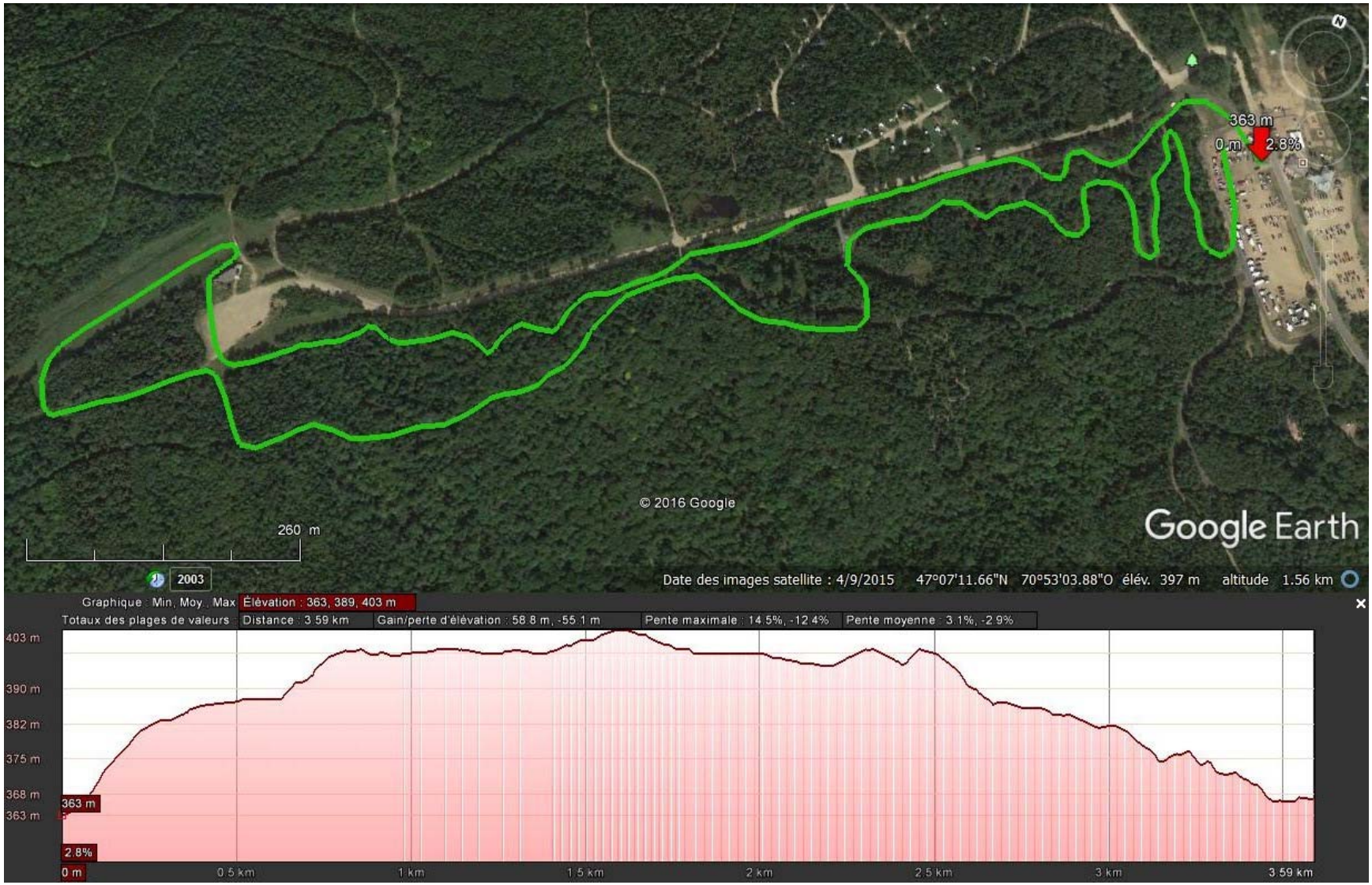
Note : Longueur des pôles en style classique
La longueur des pôles ne doit pas dépasser 83% de la grandeur du skieur. Cette règle sera appliquée de façon stricte en course NORAM. Le coureur risque la disqualification. La mesure est prise avec les bottes de ski dans les pieds, sur sol ferme.

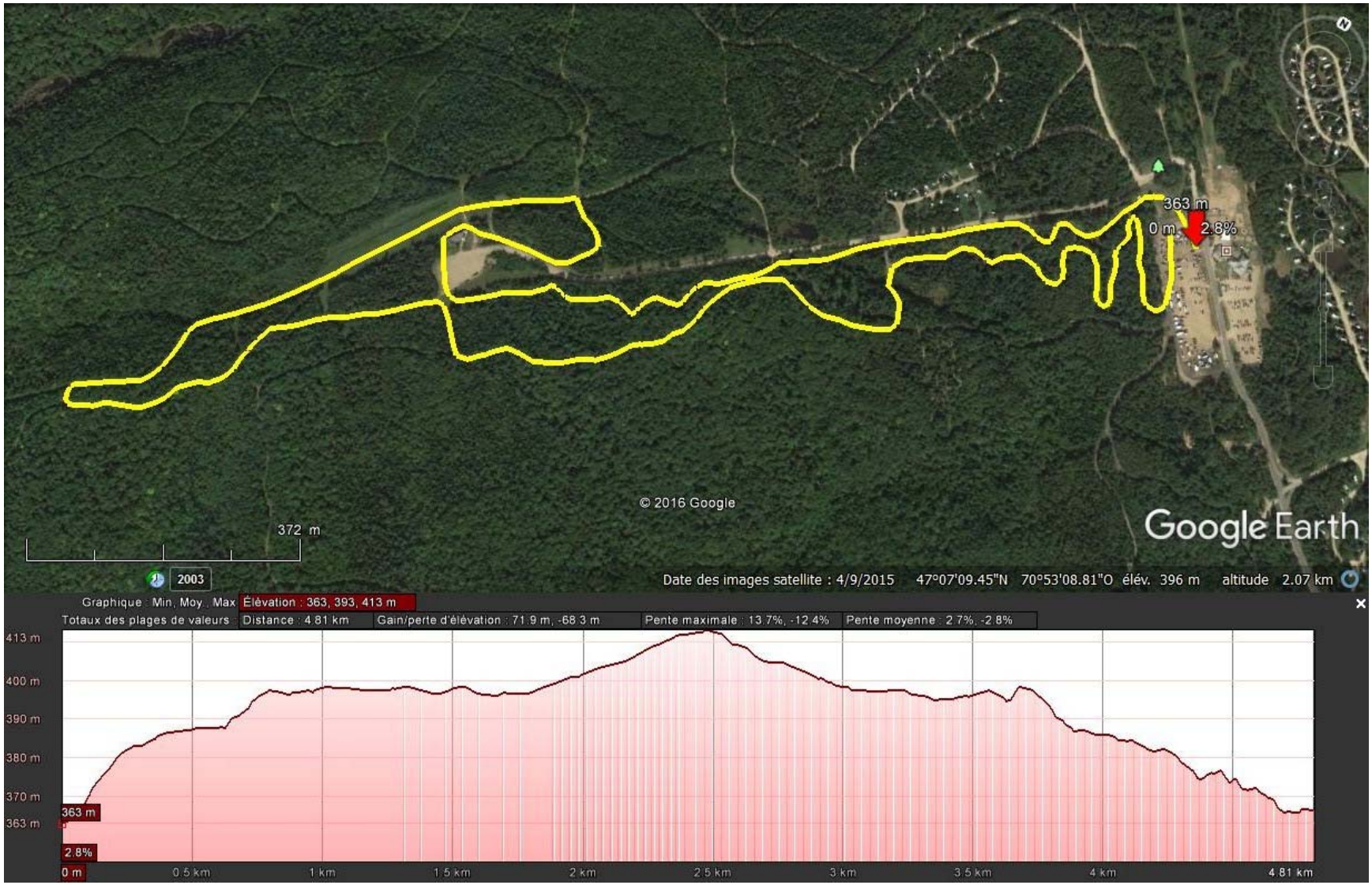
En coupe Québec, des vérifications seront faites de façons ponctuelles pour les skieurs de la catégorie Ouverte (Junior A, U23 et 23ans+) et la règle s'applique.
Pour les skieurs des plus jeunes catégories, des mesures pourront être appliquées de façon raisonnée (athlètes encore en croissance) à la discrétion du jury de compétition.

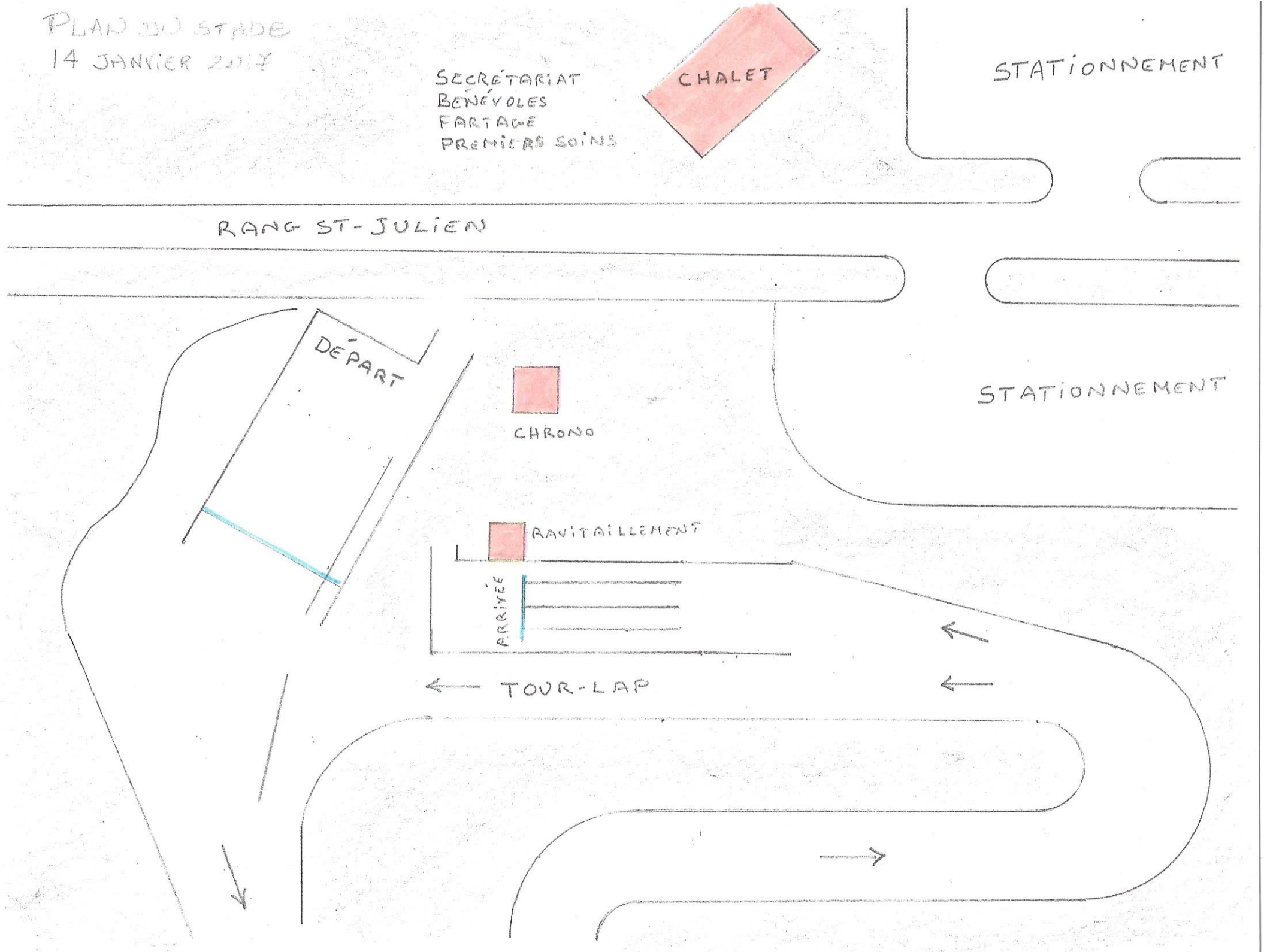
NOTE : Classement Universitaire/Collégial

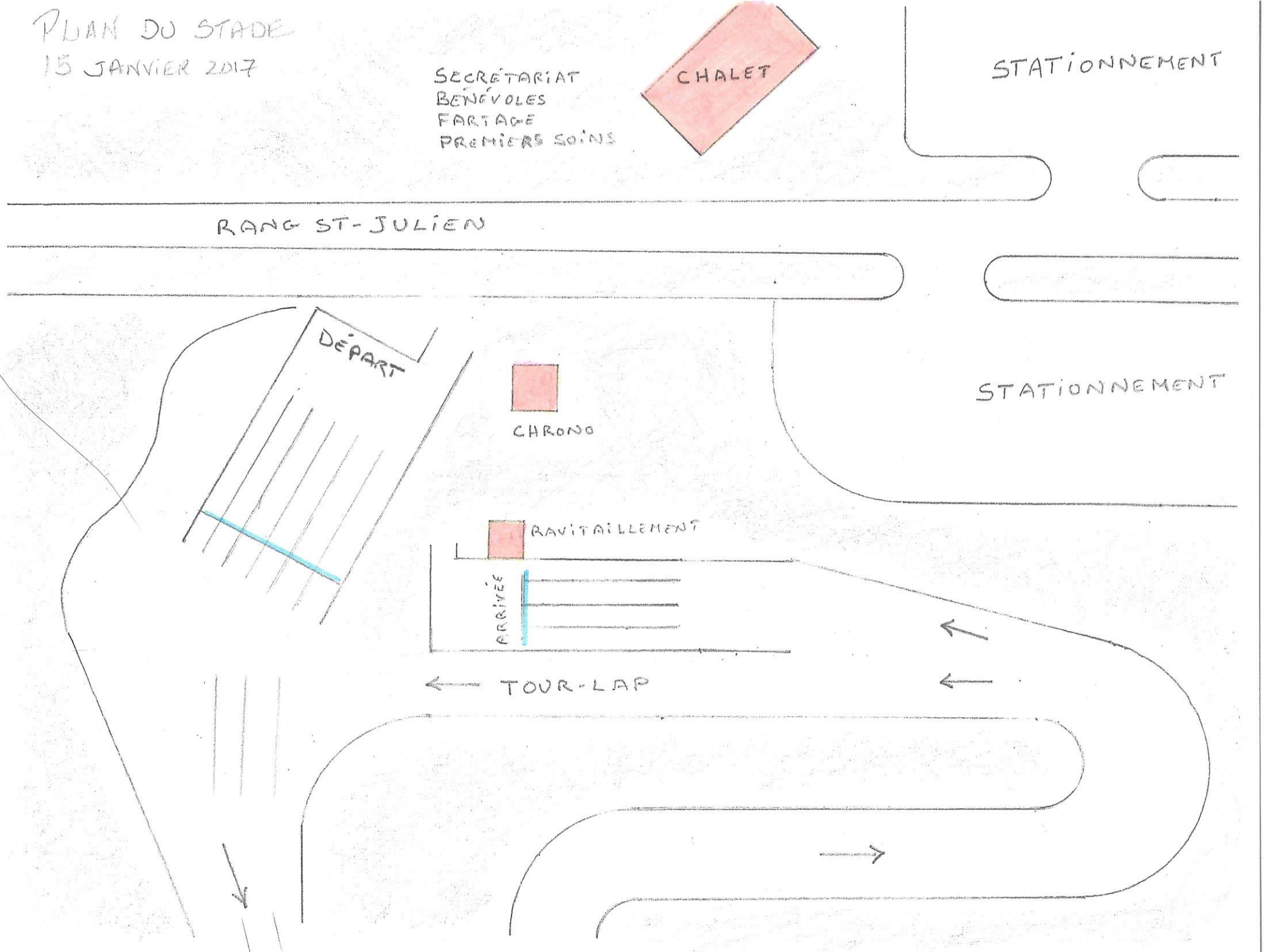
Les coureurs qui étudient à temps plein à l'université ou au CEGEP/collège pourront obtenir un classement comparatif avec les autres coureurs étudiants à condition d'être inscrits à un minimum de neuf crédits (pour les universitaires) et de 12 crédits ou quatre cours (pour le collégial) d'une institution reconnue et d'avoir cocher la case « Collège » ou « Université » sur le formulaire d'inscription. Le classement sera établi à l'intérieur de la catégorie ouverte à condition de s'inscrire comme junior B, A. U23 ou sénior dans la catégorie ouverte. Les athlètes représentent leur institution scolaire. ***Chaque skieur collégial ou universitaire doit fournir une preuve qu'il fréquente à temps complet une institution scolaire reconnue lors de sa demande de licence annuelle de SFQ et ce au minimum un mois avant la première course du circuit.***


363 m
0 m
2.8%
© 2016 Google
360 m
2003
Google Earth
Date des images satellite : 4/9/2015 47°07'08.09"N 70°53'09.69"O élév. 397 m altitude 2.02 km
Graphique : Min, Moy., Max Élévation : 363, 393, 413 m
Totaux des plages de valeurs : Distance : 4.97 km Gain/perte d'élévation : 81.7 m, -78 m Pente maximale : 17.3%, -18.0% Pente moyenne : 3.0%, -3.1%
413 m
400 m
390 m
380 m
370 m
363 m
363 m
2.8%
0 m
0.5 km
1 km
1.5 km
2 km
2.5 km
3 km
3.5 km
4 km
4.5 km
4.97 km


363 m
0 m
2.8%
© 2016 Google
260 m
Google Earth
2003
Date des images satellite : 4/9/2015 47°07'11.66"N 70°53'03.88"O élév. 397 m altitude 1.56 km
Graphique : Min, Moy., Max Élévation : 363, 389, 403 m
Totaux des plages de valeurs : Distance : 3.59 km Gain/perte d'élévation : 58.8 m, -55.1 m Pente maximale : 14.5%, -12.4% Pente moyenne : 3.1%, -2.9%
403 m
390 m
382 m
375 m
368 m
363 m
363 m
2.8%
0 m
0.5 km
1 km
1.5 km
2 km
2.5 km
3 km
3.59 km


363 m
0 m
2.8%
© 2016 Google
372 m
Google Earth
2003
Date des images satellite : 4/9/2015 47°07'09.45"N 70°53'08.81"O élév. 396 m altitude 2.07 km
Graphique : Min, Moy., Max Élévation : 363, 393, 413 m
Totaux des plages de valeurs : Distance : 4.81 km Gain/perte d'élévation : 71.9 m, -68.3 m Pente maximale : 13.7%, -12.4% Pente moyenne : 2.7%, -2.8%
413 m
400 m
390 m
380 m
370 m
363 m
363 m
2.8%
0 m
0.5 km
1 km
1.5 km
2 km
2.5 km
3 km
3.5 km
4 km
4.81 km


PLAN DU STADE
14 JANVIER 2017
SECRÉTARIAT
BENÉVOLES
FARTAGE
PREMIERS SOINS
CHALET
STATIONNEMENT
RANG ST-JULIEN
DÉPART
CHRONO
STATIONNEMENT
RAVITAILLEMENT
ARRIVÉE
TOUR-LAP


PLAN DU STADE
15 JANVIER 2017
SECRÉTARIAT
BÉNÉVOLES
FARTAGE
PREMIERS SOINS
CHALET
STATIONNEMENT
RANG ST-JULIEN
DÉPART
CHRONO
STATIONNEMENT
RAVITAILLEMENT
ARRIVÉE
TOUR-LAP