

COUPE SKINOUK - CROSS-COUNTRY

organisée par



présentée par



Après une pause d'une saison en raison de la COVID-19 en 2020, la Coupe Skinouk de cross country sera de retour cette année. La course aura lieu le 30 octobre pour la première fois au Centre de ski nordique Nakkertok.

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

Organisation

Club Skinouk

<https://club.skinouk.ca/>

Présentation

Bicyclettes de Hull

<https://www.bicyclettesdehull.com/>

Site

Centre de ski Nakkertok Nordique

<http://nakkertok.ca/>

Accès

<https://www.google.ca/maps/search/Nakkertok/@45.5285924,-75.7248174,1625m/data=!3m1!1e3?hl=fr>

Date

30 octobre 2021

Sanction

Ski de fond Québec (SFQ)

Format de la course

Départ groupé par distance

Comité de course

Chef de compétition : Pierre Millette

Cheffes du secrétariat : Caroline Forest et Manon April

Chefs de stade : Jacques Montcalm et Jacques Dumont

Chef de parcours : Richard Turgeon et Frédéric Forge
Chef du contrôle du parcours et de la sécurité : Julie Chagnon et Isabelle McMartin
Chefs du chronométrage : Philippe Daoust et Richard Fortin
Cheffe des bénévoles : Marie-Pier Pelletier-Millette

Renseignements

- Courriel : evenements@skinouk.ca
- Site Internet : skinouk.ca
- Facebook : www.facebook.com/Skinouk/
Page d'événement Zone4: <https://zone4.ca/event/2021/coupeskinoukxc2021>

Renseignements additionnels

Consultez [la page d'événement Zone4](#) pour les renseignements de dernière minute. Vous y trouverez également les listes de confirmation et de départ ainsi que les résultats. Ces renseignements de dernière minute seront envoyés à tous les inscrits.

RENSEIGNEMENTS À L'ÉGARD DE L'INSCRIPTION

Épreuves

Distance	Genre	Catégorie (au 31 décembre 2021)	Âge (au 31 décembre 2021)
1,25 km	Féminin	M8	7 ans et moins
	Masculin		
2,5 km	Féminin	M10	9 ans et moins
	Masculin	M12 M14	10-11 ans 12-13 ans
5 km	Féminin	M14	13 ans et moins
	Masculin	M16 M18 M20 et +	14-15 ans 16-17 ans 18 ans et plus
10 km	Féminin	M16	15 ans et moins
	Masculin	M18 M20 et +	16-17 ans 18 ans et plus
15 km	Féminin	M20 et +	18 ans et plus
	Masculin		

Admissibilité

La compétition est ouverte à tous. Tous les participants résidents du Québec doivent détenir une licence annuelle de Ski de Fond Québec (SFQ) ou acheter une licence quotidienne de SFQ en ligne avec l'inscription. Les résidents de l'extérieur du Québec doivent posséder une licence annuelle de Nordiq Canada ou acheter une licence quotidienne de SFQ en ligne avec l'inscription.

Inscription

Seules les inscriptions en ligne dans zone4.ca seront acceptées. Aucune demande de remboursement ne sera considérée.

La date limite d'inscription est fixée au jeudi 28 octobre 2021 à 23 h 59.

Les coûts d'inscription par course sont les suivants :

Distance	Catégorie	Coût
1,25 km	M8	15 \$
2,5 km	M10 M12 M14	25 \$
5 km	M14 M16 M18 M20 et +	
10 km	M16 M18 M20 et +	35 \$
15 km	M20 et +	

Les frais d'inscription sont payables lors de l'inscription en ligne. Les frais de licence quotidienne de SFQ sont en sus (5\$).

La liste de confirmation sera affichée dès l'ouverture de la plate-forme d'inscription dans zone4.ca. Il est recommandé de vérifier la liste afin qu'il n'y ait aucune incongruité auquel cas vous êtes priés de communiquer avec les organisateurs au plus tard le 29 octobre 2021 à 12 h.

DÉROULEMENT DES ÉPREUVES

Remise des dossards et vérification du passeport vaccinal

Sur place, dans le garage à partir de 7 h 30.

Horaire des épreuves

Distance	Parcours	Heure
15 km	2 X 7,5 km	9 h
10 km	2 X 5 km	10 h 30
5 km	1 X 5 km	10 h 35
2,5 km	1 X 2,5 km	11 h 15
1,25 km	1 X 1,25 km	11 h 45

Parcours

Veuillez noter que les données .gpx sont disponibles dans la [page d'événement dans Zone4](#) pour vous permettre de faire les parcours avant la course. Des cartes plus précises sont également disponibles dans la page.

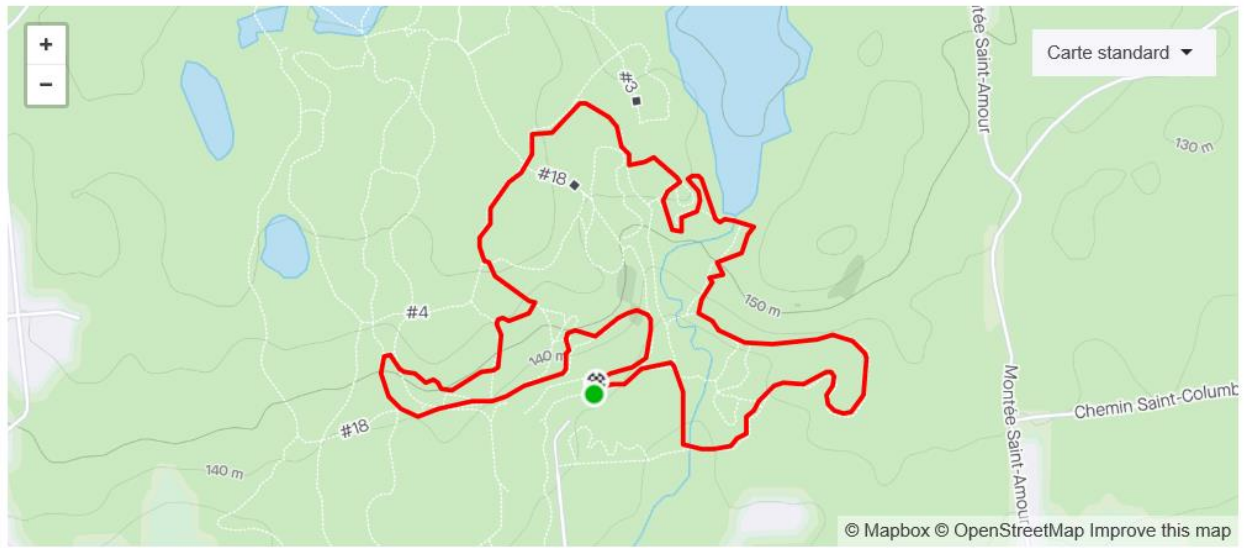
1,25 km



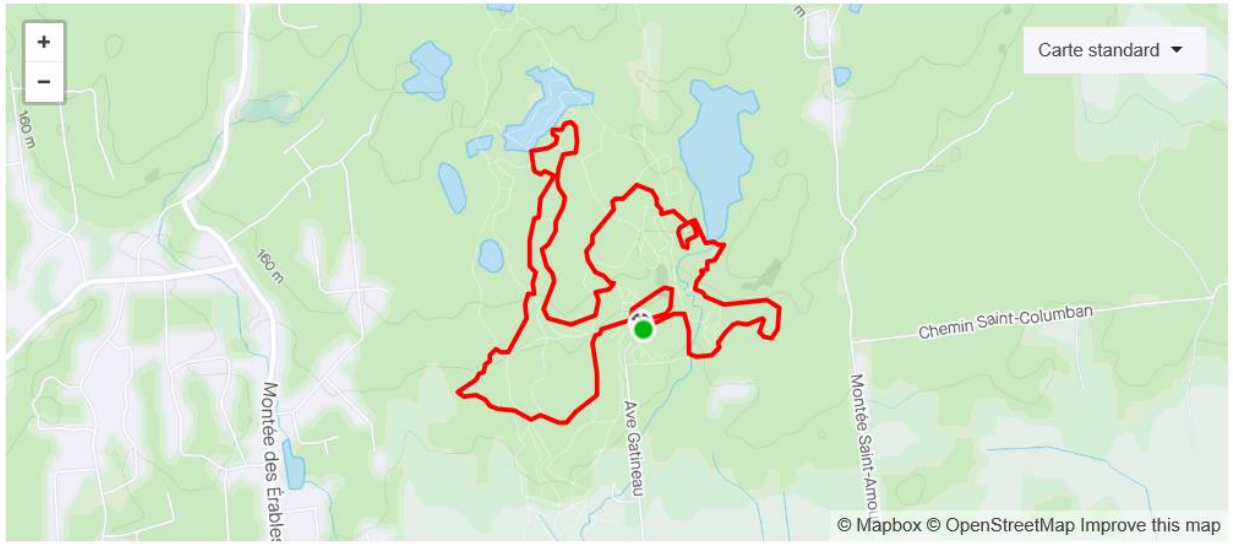
2,5 km



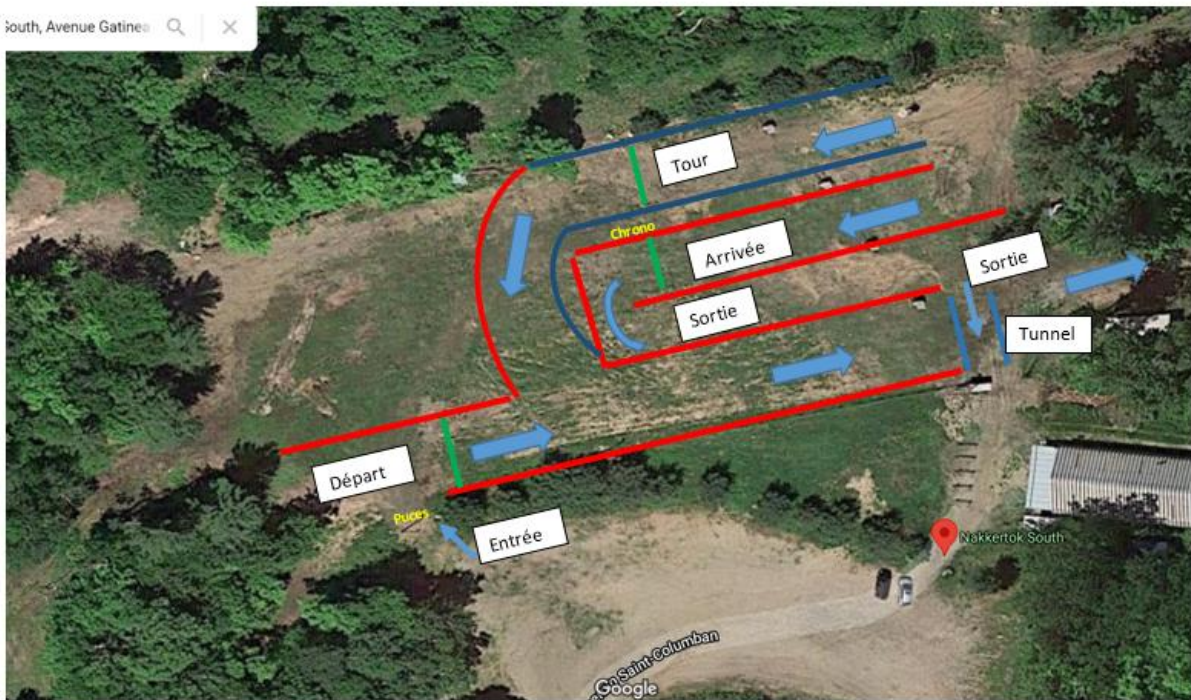
5 km



7,5 km



Stade



Chronométrage

Summit Systems et Zone 4

Les résultats seront affichés dans zone4.ca à la fin de la course.

Classement

Les coureurs seront placés sur la ligne de départ sur la base du premier arrivé premier servi.

La liste de départ sera affichée dans zone4.ca le 29 octobre 2021 à 19 h. Aucun changement ne sera possible.

SERVICES AUX PARTICIPANTS

Stationnement

2 stationnements pouvant accueillir 300 occupants

Prévisions météorologiques

https://meteo.gc.ca/city/pages/gc-59_metric_f.html

Tableau d'affichage

Tous les renseignements seront affichés en ligne seulement.

Ravitaillement

Une zone où les coureurs pourront déposer leur propre ravitaillement pour la course sera mise en place. Autrement, aucune nourriture ou breuvage ne sera servi sur le site ou en ravitaillement à l'arrivée par le comité organisateur en raison de la COVID-19 mis à part un lait au chocolat offert à tous les participants, gracieuseté de la Laiterie de l'Outaouais ainsi que de l'eau servie en libre-service. En conséquence les participants, les bénévoles et les spectateurs sont encouragés à prévoir d'apporter leur nourriture et breuvage ou une bouteille à remplir sur place.

Remise des prix

Sur place 20 minutes après la fin de l'épreuve.

Une remise au podium sera faite pour les trois premiers de chaque distance et de chaque genre. Les prix par catégorie seront remis au secrétariat.

Salomon sera sur place pour présenter sa gamme de produits de ski de fond et de course en sentiers. Il en profitera pour offrir des prix de présence.

Premiers soins

Secouristes de la Patrouille canadienne de ski

COVID-19

Veillez noter que tous les participants et les accompagnateurs provenant du Québec devront présenter une preuve vaccinale imprimée, électronique ou par l'application VaxiCode accompagnée d'une pièce d'identité lors de la cueillette du dossard pour participer ou accéder au site. Pour obtenir plus de renseignements à l'égard du passeport vaccinal au Québec, veuillez consulter la page

<https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/deroulement-vaccination-contre-la-covid-19/passeport-de-vaccination-covid-19#c111311>.

Les personnes de l'extérieur de la province qui voyagent au Québec devront présenter une preuve d'identité avec photo et la preuve, fournie par leur pays ou province canadienne, qu'elles ont reçu deux doses d'un vaccin reconnu parmi les suivants :

- **Pfizer**
- **Moderna**
- **AstraZeneca**
- **Covishield**
- **Jansen (ne requiert qu'une seule dose)**

Afin d'accélérer la vérification, veuillez vous assurer d'avoir en main votre preuve vaccinale imprimée, électronique ou par l'application VaxiCode et une pièce d'identité s'il y a lieu. Veuillez noter que les participants de 12 ans et moins n'ont pas besoin de présenter une preuve vaccinale tandis que les athlètes de 13 à 16 ans ne sont pas tenus de présenter une pièce d'identité avec photo avec la preuve vaccinale.

Un athlète qui ne présente pas sa preuve vaccinale ne pourra pas participer à la course et un accompagnateur ne pourra accéder au site. Il n'y aura pas d'exceptions.

Aussi, le masque est obligatoire au moment de la vérification de la preuve vaccinale.

Même si la situation à l'égard de la propagation de la COVID-19 s'améliore et qu'il est possible de tenir des événements, des directives pour assurer la sécurité de tous les individus associés à la course seront mises en place et devront être observées. Ces directives, conformes aux directives de santé publique pour les activités et événements publics extérieurs, seront communiquées au plus tard le 29 octobre 2021 dans le site Web de l'événement.

Les accompagnateurs sont fortement encouragés à s'inscrire sur le site en ligne dans Zone 4 afin que le comité organisateur puisse les rejoindre en cas d'une éclosion pendant l'événement. Veuillez noter que les accompagnateurs sont les membres de la famille ou les amis qui accompagnent les coureurs.

COUPE SKINOUK - CROSS-COUNTRY

organisée par



présentée par



avec le soutien de



BY ZONE 4

