

# AVIS DE COURSE



## INFORMATIONS GÉNÉRALES

**Nom de la compétition**

**Loppet SFQ Mouski 2023**

**Club-hôte**

**Club de ski de fond Mouski Nordique  
et  
Centre de plein air Mouski**

**Site**

**Centre de plein air Mouski**

**Tarif d'accès aux pistes**

L'accès aux pistes la veille de la course (samedi) se fait au tarif journalier régulier. L'accès aux pistes le jour de la course est gratuit pour les participants et leur entraîneur.

**Adresse**

Centre de plein air Mouski  
230, route des Raquetteurs  
Rimouski (Ste-Blandine) G5N 5Y2

**Directions**

De Rimouski, prendre la route 232.  
Voir carte en annexe B.

**Date**

**29 janvier 2023**

**Sanction**

Course sanctionnée par Ski de fond Québec. Les règlements pour les courses populaires de Nordiq Canada s'appliquent.

**Note :** masculin est utilisé pour alléger le texte, sans volonté de discrimination. La course s'adresse autant aux femmes qu'aux hommes.

20/12/2022

### **COMITÉ ORGANISATEUR;**

Directeur d'épreuve	Daniel Guay (directeur adjoint: Guy Cantin)
Secrétaire d'épreuve	Myriam Belzile
Chef de pistes	Emmanuel Joncas (chef adjoint: Marc Fougère)
Chef de stade	Francis Roy
Chef des contrôleurs	Franck Michel
Chef du chronométrage	Sébastien Bolduc
Délégué technique	Pierrot Bernier

### **DESCRIPTION DE LA COURSE**

**Technique** : Classique. Il est par conséquent interdit d'utiliser le pas de patin et les contrôleurs sur les pistes pourront disqualifier un participant qui utiliserait cette technique.

**Départ** : Départ de masse sur 5 ou 7 lignes. Il n'y aura pas de placement des skieurs (« seeding ») à la ligne de départ. Les skieurs seront invités à se placer par rapport aux autres en fonction de la vitesse à laquelle ils pensent faire la course, afin que les plus rapides soient en avant.

Il y aura un départ unique pour toutes les distances, à moins que le nombre de participants soit tel que plusieurs départs à quelques minutes d'intervalle soient requis. L'horaire précis du (ou des) départ(s) sera annoncé et affiché le matin de la course.

**Distances** : Le parcours a une longueur de 10 km. Il y aura trois distances possibles :

- 40 km (quatre tours)
- 20 km (deux tours)
- 10 km (un tour).

Le parcours comporte quelques bonnes montées et descentes, mais est accessible aux skieurs de tous les calibres. Les skieurs sont responsables de bien connaître le parcours. Une carte du parcours est donnée en annexe A.

**Temps maximal à respecter (« cut-off »)** : Les skieurs inscrits au 40 km qui n'auront pas réussi à parcourir les deux premiers tours (20 km) en moins de 2h15 devront se retirer de la course. Leur classement sera alors transféré dans le groupe de skieurs inscrits pour la distance de 20 km.

20/12/2022

## **ADMISSIBILITÉ**

La compétition est ouverte à toutes et tous; il n'est pas nécessaire de détenir une licence de compétiteur ou d'être membre d'un club pour y participer. Cependant, un âge minimal (pour les deux sexes) est requis selon la distance visée :

Distance	Âge minimal (au 31 décembre 2022)
40 km	16 ans (catégorie M18 ou plus)
20 km	14 ans (catégorie M16 ou plus)
10 km	12 ans (catégorie M14 ou plus)

## **MODALITÉS D'INSCRIPTION**

### **Frais:**

- 40 km: 40\$
- 20 km: 30\$
- 10 km: 20\$

**Inscription** : elles se font uniquement via le site Zone 4 : [www.zone4.ca](http://www.zone4.ca) , à partir du 6 janvier 2023. Aucune inscription ne sera acceptée après la date limite d'inscription.

**Date limite** : jeudi 26 janvier à 23 h 59.

**Annulation et remboursement** : en cas de température s'annonçant inclémente (tempête, froid, absence de neige), l'organisation va statuer le plus tôt possible sur la possibilité d'annuler la compétition et le cas échéant, les frais d'inscription seront remboursés , moins les frais de service de Zone4 . Un compétiteur qui déciderait de ne pas se présenter à la compétition ne sera pas remboursé, si celle-ci a lieu.

---

20/12/2022

## HORAIRE

Dimanche, 29 janvier 2023		
Heure	Activité	Lieu (au Centre de Plein-air Mouski)
7h	Ouverture, salle de fartage	Chalet et garage
7h30	Ouverture du secrétariat, distribution des dossards	Chalet
9h00	Départ(s)	Plateau de départ – devant le chalet.
Vers 12h30	Remise des médailles et prix de participation	Chalet
Vers 13h00	Fin des activités	-

## AVANT LA COURSE :

**Entraînement** : L'accès aux pistes utilisées pour la compétition ne sera pas permis le jour de la compétition. Une piste séparée de réchauffement et une autre pour les essais de skis seront accessibles.

La veille (samedi le 28), les entraîneurs et compétiteurs pourront emprunter le parcours, moyennant l'achat d'un billet journalier.

**Informations de course** : Il n'y aura pas de réunion des entraîneurs. Les informations de course seront affichées sur le site du [club Mouski Nordique](#) et celui de la [Coopérative de ski Mouski](#). Les communications avec l'organisation de course pourront se faire à l'adresse : [mouski.nordique@hotmail.com](mailto:mouski.nordique@hotmail.com).

**Remise des dossards** : Les dossards seront disponibles le matin de la course à partir de 7h30 et devront être remis après la course. Le skieur qui ne remettrait pas son dossard se verra facturer la somme de 30\$.

**Fartage** : Le fartage pourra être fait dans la salle de fartage du chalet la veille et le matin de la course ou dans le garage de la dameuse qui sera disponible à cet effet le matin de la course.

À noter qu'il est permis de modifier le fartage pendant la course.

20/12/2022

## **APRÈS LA COURSE :**

**Résultats et prix :** les résultats seront affichés en fonction des catégories et sexes.

Des médailles seront remises aux trois premiers et trois premières pour chacune des trois distances, sans égard à la catégorie d'âge.

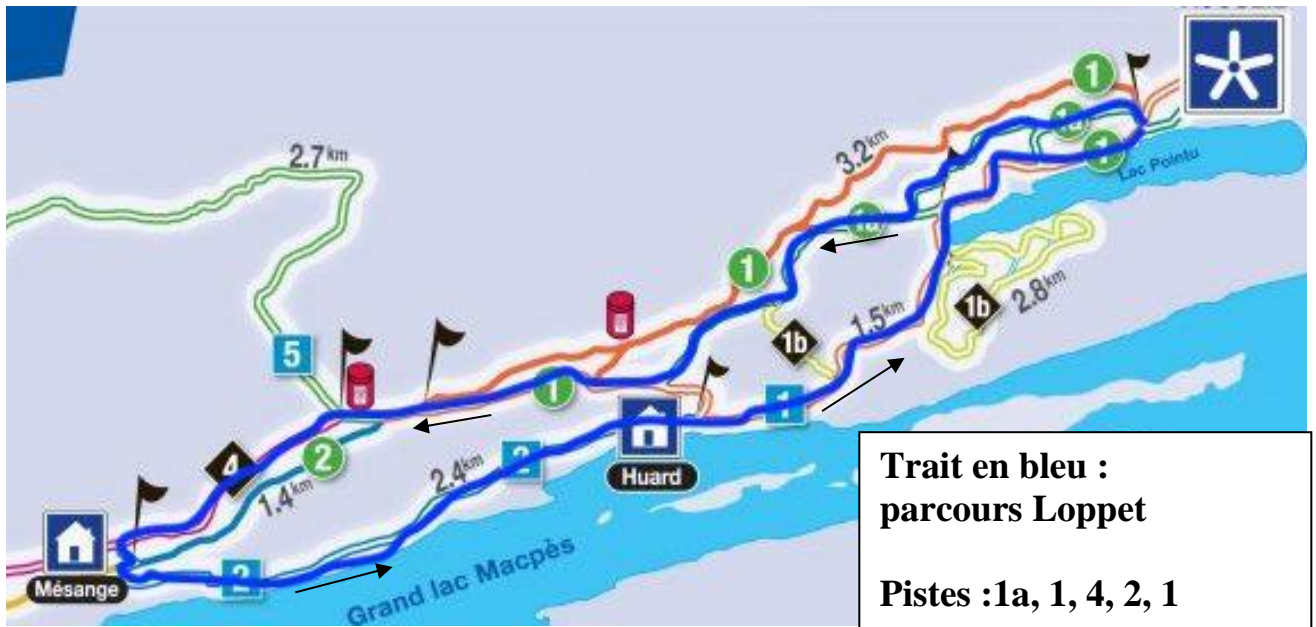
**Disqualification :** Un skieur qui commet une infraction telle que parcours non-complété, utilisation du pas de patin, assistance par une autre personne, interférence avec un skieur qui veut dépasser, etc., pourra être disqualifié par le jury de course.

**Prix de participation :** Des prix de participations seront tirés au hasard parmi tous les participants.

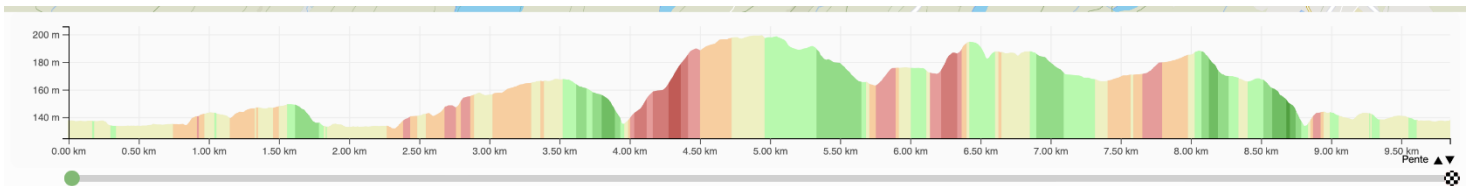
**Alimentation :** Le chalet n'offre pas de repas, mais des collations légères (\$).

**Assistance médicale :** Les secours et premiers soins seront assurés par l'équipe spécialisée du Centre de plein air Mouski. Un.e infirmier.e sera en poste au chalet pour assister l'équipe de secours.

## Annexe A – Plan du parcours



### Profil du parcours :



Dénivelé total : 159 m



## Annexe B – Trajet pour se rendre aux sites



### Directives pour le centre de plein air Mouski

- Emprunter la **route 132** vers **Sainte-Blandine** sur une distance d'environ 12 km (à partir du fleuve)
- À l'église de Sainte-Blandine, tourner à droite sur le **Chemin Saint-Joseph**
- Après environ 4 km, tourner à gauche sur la **Route du Club des Raquetteurs**
- Le **Centre de plein air Mouski** se trouve au bout de la route, à environ 1 km de l'intersection