



AVIS DE COURSE

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 28 janvier 2023
SANCTIONS	SFQ
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 20\$ selon les catégories Zone 4 : www.zone4.ca (Sous Classique du club Défi 2023 à partir du 15 janvier) Date limite : jeudi 26 janvier 2022, 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 DOSSARD	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 : Collation après la course Stationnement : Sur place Médical : Premiers soins sur place

COMITÉ ORGANISATEUR

Chef de compétition	Daniel Bellerose
Secrétaire d'épreuve	Solange Paquin / Sylvie Poitras
Co-Chef de parcours	Francis Henrichon et David Beauséjour
Chef de stade	Pierre Henrichon
Chef des contrôleurs	David Beauséjour
Chef du chronométrage et zone4	Marie-Claude Rainville
Sécurité	Martin Rousseau
Renseignement	Pour informations, contactez : Daniel Bellerose 450-271-6100 danbellerose@videotron.ca

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.

Sélection pour la Finale provinciale des jeux du Québec – région Lanaudière

Les athlètes qui désirent être sélectionnés pour la Finale provinciale à Rivière-du-Loup 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 2010 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 2009 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 RDL 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, notez le nom de la compagnie et le numéro de la police d'assurance. Suivre le lien suivant pour l'inscription si vous êtes sélectionné.e.

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

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.

CATÉGORIES		
Catégories	Années de naissance	Remarques
M10 (8-9 ans)	2013-2014	
M12 (10-11 ans)	2011-2012	
M13 (12 ans)	2010	Admissibles à la Finale provinciale des Jeux du Qc de RDL
M14 (13 ans)	2009	Admissibles à la Finale provinciale des Jeux du Qc de RDL
M15 (14 ans)	2008	Admissibles à la Finale provinciale des Jeux du Qc de RDL
M16 (15 ans)	2007	
M18 (16-17 ans)	2005-2006	
M20 (18-19 ans)	2003-2004	
Senior (20-30 ans)	1992-2002	
Participation 8 km	1991 et moins	
Participation 12 km	1991 et moins	

Note : l'âge officiel est celui au 31 décembre 2022.

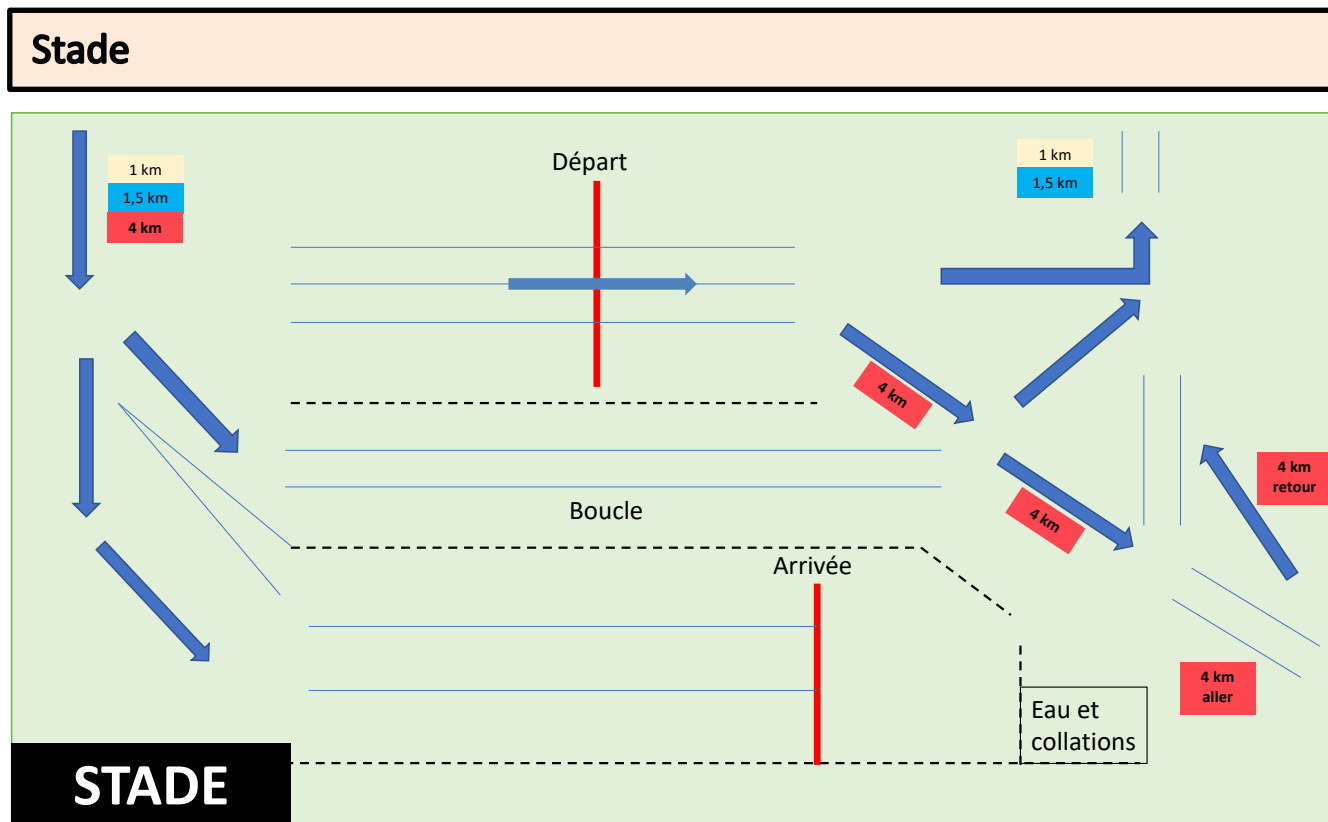
PROGRAMME						
CATÉGORIE ÂGE	ANNÉE DE NAISSANCE	TARIF	CLASSIQUE			
			HEURE	DISTANCES	PARCOURS	COULEURS
M13-14-15 (12-13-14 ans)	2008-09-10	10\$	10h00	4,5 km	3 x 1,5 km	BLEU
M10 (8-9 ans)	2013 - 2014	10\$	11h30	2 km	2 x 1 km	VERT
M12 (10-11 ans)	2011 - 2012	10\$	11h15	3 km	3 x 1 km	VERT
M13-14-15 (12-13-14 ans)	2008-09-10	10\$	13h00 (LIBRE)	3 km	2 x 1,5 km	BLEU
M18 (16-17 ans)	2005 - 2006	20\$	10h20	12 km	3 x 4 km	ROUGE
M20 (18-19 ans)	2003 - 2004	20\$		12 km	3 x 4 km	
Senior (20 à 30 ans)	1992 - 2002	20\$		12 km	3 x 4 km	
Participation	Tous	20\$		8 km	2 x 4 km	
Participation	Tous	20\$		12 km	3 x 4 km	

SÉLECTION DES ATHLÈTES POUR LA FINALE PROVINCIALE

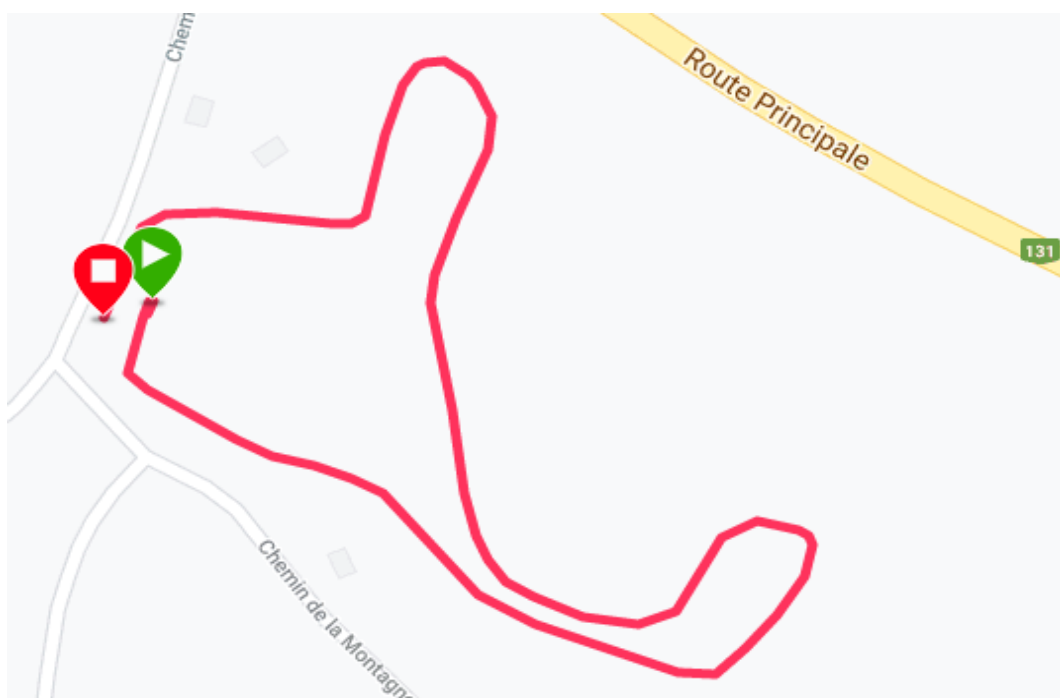
- 1) Les athlètes sont classés en fonction des points de pourcentage obtenus à chaque course.
- 2) Formule de calcul du % d'un fondeur ou d'une fondeuse : (Temps du gagnant en secondes ÷ temps du fondeur en secondes) x 100
- 3) La sélection des athlètes doit se faire en fonction du cumulatif des points 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.

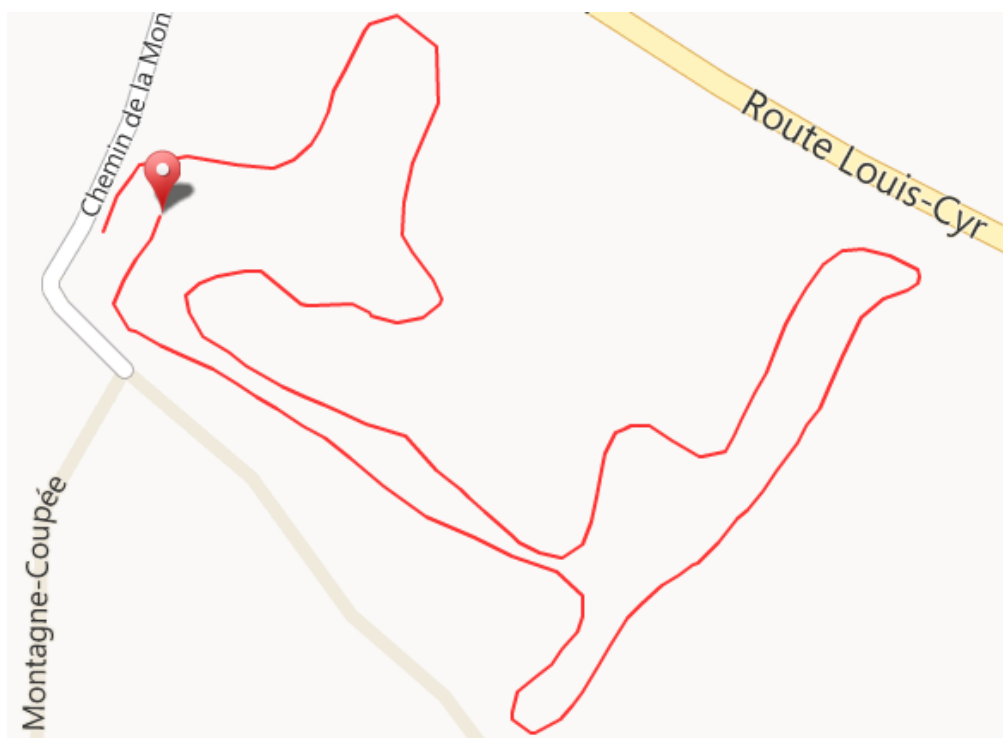
Participant	Course #1		Course #2		Cumulatif
	Temps	%	Temps	%	%
Catherine	20 :53 (1)	100,00	17 :13 (2)	98,94	198,94
Émilie	21 :07 (2)	98,90	17 :02 (1)	100,00	198,90
Gabrielle	21 :23 (3)	97,66	18 :20 (4)	92,91	190,57
Geneviève	21 :29 (4)	97,21	18 :17 (3)	93,16	190,37



Parcours : 1 km - VERT



Parcours : 1,5 km - BLEU



Parcours : 4 km - ROUGE

