
**RÉSEAU DU SPORT ÉTUDIANT DU QUÉBEC
RÉGION DE QUÉBEC ET DE CHAUDIÈRE-APPALACHES
(RSEQ-QCA)**

**Mise à jour
2017-09-08**

LIGUE ET CHAMPIONNAT

**RÈGLEMENTS
SPÉCIFIQUES**

CHEERLEADING

Table des matières

| | | |
|------------|---|---|
| ARTICLE 1 | RÈGLEMENTS | 1 |
| ARTICLE 2 | IDENTIFICATION DES CATÉGORIES / NIVEAUX TECHNIQUES..... | 1 |
| ARTICLE 3 | INSCRIPTION / ADMISSIBILITÉ | 1 |
| ARTICLE 4 | COMPOSITION DE L'ÉQUIPE..... | 2 |
| ARTICLE 5 | FORMATION ENTRAÎNEUR | 2 |
| ARTICLE 6 | SAISON / COMPÉTITIONS | 2 |
| ARTICLE 7 | CHAMPIONNAT RÉGIONAL | 3 |
| ARTICLE 8 | CHAMPIONNAT PROVINCIAL | 3 |
| ARTICLE 31 | LA SURFACE DE COMPÉTITION..... | 4 |
| ARTICLE 32 | COMPÉTITIONS..... | 4 |
| ARTICLE 33 | ORDRE DE PASSAGE | 5 |
| ANNEXE 1 | CLASSEMENT DES NIVEAUX TECHNIQUES..... | 6 |

ARTICLE 1 RÈGLEMENTS

- 1.1 Les règlements techniques et de sécurité en vigueur sont ceux de la Fédération de cheerleading du Québec (FCQ).
- 1.2 Les présents règlements spécifiques ont préséance sur les règlements officiels de la FCQ.
- 1.3 Les règlements généraux du secteur scolaire doivent être respectés en tout temps.

ARTICLE 2 IDENTIFICATION DES CATÉGORIES / NIVEAUX TECHNIQUES

| Catégorie | Niveau technique | Accessibilité au provincial |
|------------------|-------------------------|------------------------------------|
| Novice/moustique | *1-2 | Aucun accès |
| Atome/Benjamin | *1-2 | Admissible |
| Cadet | 2-3-4 | Admissible |
| Juvenile | 3-4 | Admissible |
| Open | *1-2-3 | Admissible |

***Le secteur primaire et les catégories du secteur secondaire de niveau 1 n'auront pas accès au championnat provincial.*

ARTICLE 3 INSCRIPTION / ADMISSIBILITÉ

- 3.1 Inscription
L'inscription d'une équipe à la ligue doit être reçue par le RSEQ-QCA dans les délais mentionnés en début d'année.

Chaque direction d'école doit signer le formulaire de décharge qui sera disponible sur le site Internet du RSEQ-QCA.
- 3.2 Admissibilité des athlètes
Tous les étudiants-athlètes doivent être inscrits sur le système de gestion S1 7 jours ouvrables avant la première compétition.
- 3.3 Ajout d'athlète
Les ajouts d'athlète et de réserviste doivent se faire avant la compétition formative (compétition #2) sur le système de gestion S1. La date limite pour ajouter des athlètes sera la veille de la compétition à 23h59. Après la compétition formative, aucun ajout (athlète ou réserviste) ne sera accepté.
- 3.4 Crossover
Un athlète de même catégorie d'âge peut aller remplacer seulement lors du championnat régional dans une autre équipe du même établissement scolaire. Le nombre de crossover est limité à 4 par équipe. Tous les cas de crossover devront être identifiés lors de l'accueil de votre équipe sur votre alignement officiel.

ARTICLE 4 COMPOSITION DE L'ÉQUIPE

4.1

| | Minimum | Maximum |
|-----------------------|----------------|----------------|
| Athlètes inscrits | 5 | 36 |
| Athlètes sur le tapis | 5 | 32 |

***Les réservistes et/ou les blessés devront être en uniforme pour avoir accès au tapis de compétition.*

4.2 La catégorie open est réservée aux équipes dont les athlètes inscrits touchent à plusieurs catégories d'âge.

4.3 L'équipe peut être composée de garçons et de filles sans distinction.

ARTICLE 5 FORMATION ENTRAÎNEUR

5.1 Formation spécifique niveau 1

L'entraîneur-chef inscrit sur le système de gestion S1 doit être certifié niveau 1 par la Fédération de cheerleading du Québec (FCQ).

***Les entraîneurs formés devront inscrire leur numéro de certification sur le fichier d'inscription.*

5.2 Formation sur les commotions cérébrales

L'entraîneur-chef inscrit sur le système de gestion S1, devra suivre la formation en ligne intitulée *Prendre une tête d'avance* (module : Sport générique, www.coach.ca).

Toute équivalence pourra être soumise au coordonnateur (pièce justificative).

5.3 Procédure et sanction

- Une vérification des certifications des entraîneurs-chefs sera faite après la première compétition de la saison (évaluative).
- Un rappel sera transmis aux établissements scolaires en irrégularité d'ici le 31 décembre.
- Les entraîneurs auront jusqu'au championnat régional pour régulariser la situation.
- À la date limite (championnat régional), les établissements n'ayant pas régularisé la situation de leurs entraîneurs sont sanctionnés d'une amende de 300\$ par formation non complétée (300\$ d'amende pour la certification niveau 1 de la FCQ et 300\$ pour la formation Prendre une tête d'avance de coach.ca).

ARTICLE 6 SAISON / COMPÉTITIONS

6.1 La saison est composée de 3 compétitions :

1. Compétition évaluative
2. Compétition formative
3. Championnat régional

Toutes les équipes inscrites à la ligue participent au championnat régional.

6.2 Compétition formative

Le résultat formatif servira à séparer les équipes pour chaque catégorie et niveau technique en sections (A et B) au championnat régional.

***La perte de point dû aux infractions ne sera pas prise en compte pour la séparation des équipes par section.*

Seules les équipes dans la section A pourront tenter d'accéder au championnat provincial.

Une équipe classée dans la section B au championnat régional pourra demander l'accès dans la section A pour tenter d'accéder au championnat provincial. Pour être acceptée, la demande doit être reçue dans les délais mentionnés.

Une équipe dans la section A ne peut pas descendre dans la section B.

6.3 Nombre d'équipes pour permettre l'ouverture d'une section :

| | |
|-------------|--------------------|
| Moustique : | plus de 8 équipes |
| Benjamin : | plus de 10 équipes |
| Cadet : | plus de 12 équipes |
| Juvenile : | plus de 12 équipes |
| Open : | plus de 12 équipes |

***En fonction du nombre d'équipes dans une catégorie, le RSEQ-QCA pourra faire une subdivision petite ou grande.*

ARTICLE 7 CHAMPIONNAT RÉGIONAL

7.1 Une équipe doit participer obligatoirement aux deux compétitions de la saison (évaluative et formative) pour pouvoir participer au championnat régional.

ARTICLE 8 CHAMPIONNAT PROVINCIAL

8.1 Les places disponibles pour la région de Québec et Chaudière-Appalaches au championnat provincial sont limitées, c'est-à-dire qu'il y aura un nombre maximum de places par catégorie et niveau technique.

8.2 L'accès, au championnat provincial, sera gratuit pour la première position du meilleur niveau de la catégorie.

RÉSEAU DU SPORT ÉTUDIANT DU QUÉBEC
RÉGION DE QUÉBEC ET DE CHAUDIÈRE-APPALACHES
(RSEQ-QCA)

Mise à jour
2017-09-08

DEVIS TECHNIQUE
CHEERLEADING

LIGUE ET CHAMPIONNAT

ARTICLE 31 LA SURFACE DE COMPÉTITION

Le tapis de compétition doit être de 54 pieds par 42 pieds.

31.1 Compétition évaluative

La démonstration des éléments techniques se fera sur un minimum de 4 lignes de tapis.

31.2 Compétition formative

Trajet de l'équipe :

- 1- Échauffement #1 (sans tapis)
- 2- Échauffement sur spring floor incluant : prestation non officielle avec ou sans musique, stunts et gymnastique (durée: 6 minutes)
- 3- Échauffement #2 (sans tapis)
- 4- Prestation officielle sur spring floor

31.3 Championnat régional

Trajet de l'équipe:

- 1- Photographe
- 2- Étirement (sans tapis)
- 3- Stunt (4 lignes de tapis)
- 4- Tumbling double (2 lignes de large)
- 5- Prestation pratique (9 lignes de tapis)
- 6- Prestation officielle sur spring floor

ARTICLE 32 COMPÉTITIONS

32.1 Compétition évaluative

Les équipes doivent présenter les éléments techniques qui correspondent à leur niveau technique. Les éléments techniques démontrés seront ceux qui se trouvent sur la grille des éléments techniques du RSEQ-QCA (voir annexe des règlements spécifiques).

Deux possibilités sont offertes aux équipes pour la compétition évaluative:

- 1- Prestation sur place
- 2- Prestation vidéo

32.2 Prestation sur place

L'entraîneur se présente à la compétition avec son équipe afin de démontrer les éléments techniques demandés devant un juge. Après son temps alloué, l'entraîneur va rencontrer le juge pour recevoir des commentaires.

Les éléments techniques doivent être présentés dans l'ordre établi au préalable.

À noter que tous les nouveaux programmes (nouvelle institution) de cheerleading inscrits dans la ligue du RSEQ-QCA devront obligatoirement faire leur prestation sur place.

32.3 Prestation vidéo

L'entraîneur se présente seul à la compétition avec une vidéo et valide avec le juge les éléments techniques de son équipe.

Le nombre d'athlètes performant sur la vidéo doit correspondre au ratio «la plupart (75%)» des athlètes inscrits sur la plateforme de gestion S1¹.

Instructions pour la vidéo :

Les éléments doivent être filmés dans l'ordre établi sur la grille des éléments techniques et dans une séquence en continu. De plus, aucun élément superflu (danse et/ou transition et/ou chorégraphie) ne doit être présenté dans la vidéo. Finalement, la vidéo doit débiter et terminer lorsque tous les athlètes ont les pieds au sol.

Votre séquence vidéo doit être enregistrée sur une clé USB ou sur un ordinateur portable et/ou tablette numérique qui possède un écran d'un minimum de 12 pouces. AUCUN TÉLÉPHONE INTELLIGENT NE SERA ACCEPTÉ.

Toute équipe qui présente une vidéo non conforme devra envoyer sa vidéo à la coordonnatrice dans un délai de 7 jours suivant la compétition évaluative.

Non-conformité d'une vidéo si :

- Les éléments techniques ne sont pas filmés en continu ;
- Les éléments techniques ne sont pas dans le bon ordre ;
- Un élément technique est manquant ;
- Le nombre d'athlètes performant sur la vidéo ne correspond pas au ratio demandé ;
- La vidéo est présentée sur un téléphone intelligent (écran de 12 pouces minimum) ;
- La qualité de la vidéo ne permet pas de distinguer les éléments techniques.

ARTICLE 33 ORDRE DE PASSAGE

Lors des compétitions, les équipes seront réparties par bloc. Chaque bloc favorisera le regroupement par catégorie et niveau technique. Pour le championnat régional, l'ordre de passage sera déterminé par tirage au sort entre les équipes inscrites par catégorie et par niveau technique. Ce processus est appliqué afin qu'aucune équipe ne soit favorisée ou défavorisée.

¹ Basé sur le document de méthodologie des officiels 2016-2017, p.2, Informations générales.

[https://www.publicationsports.com/ressources/files/765/Methodologie_des_officiels_2016-201757f559abcf912.pdf?_utma=175970173.489118673.1504103518.1504103518.1504107501.2&_utmb=175970173.1.10.1504107501&_utmc=175970173&_utmx=&_utmz=175970173.1504103518.1.1.utmcsr=google%7Cutmccn=\(organic\)%7Cutmcmd=organic%7Cutmctr=\(not%2520provided\)&_utmv=-&_utmk=176847461](https://www.publicationsports.com/ressources/files/765/Methodologie_des_officiels_2016-201757f559abcf912.pdf?_utma=175970173.489118673.1504103518.1504103518.1504107501.2&_utmb=175970173.1.10.1504107501&_utmc=175970173&_utmx=&_utmz=175970173.1504103518.1.1.utmcsr=google%7Cutmccn=(organic)%7Cutmcmd=organic%7Cutmctr=(not%2520provided)&_utmv=-&_utmk=176847461)

ANNEXE 1 CLASSEMENT DES NIVEAUX TECHNIQUES

Pour plus de détails et précisions sur la compétition évaluative, s'il vous plait vous référer au devis d'organisation.

| | Pour performer dans le niveau 1 vous devez réussir : | Pour performer dans le niveau 2 vous devez réussir : | Pour performer dans le niveau 3 vous devez réussir : | Pour performer dans le niveau 4 vous devez réussir : |
|--------------------|---|--|--|---|
| Stunts | <p>1- Stunt à 2 jambes, plus bas que le niveau des épaules avec démontage approprié;</p> <p>2- Stunt à 1 jambe sous le niveau des épaules;</p> | <p>1- Stunt à 2 jambes au niveau des épaules avec démontage pop cradle;</p> <p>2- Stunt à 1 jambe au niveau des épaules;</p> <p>3- Stunt à 2 jambes en extension OU Montée ½ tour au niveau des épaules ou plus bas;</p> | <p>1- Figure dans un stunt à 1 jambe au niveau des épaules OU Stunt à 1 jambe en extension sans figure;</p> <p>2- Stunt à 2 jambes en extension qui se déplace avec démontage pop cradle;</p> <p>3- Montée ½ tour au niveau des épaules OU Inversion sous le niveau des épaules;</p> | <p>1- Stunt à 1 jambe en extension avec figures;</p> <p>2- Montée dans stunt avec rotation de la voltige de 360° type vrille (twist) au niveau des épaules OU Montée ½ tour dans stunt à 1 jambe en extension;</p> <p>3-Démontage pop twist d'un stunt à 2 jambes en extension ;</p> <p>4-Stunt-Mouvement de relâche (départ sous le niveau des épaules et arrivé au niveau des épaules ou plus bas);</p> |
| Pyramides | <p>3- Pyramide de base (exemple : shoulder sit, V-Sit, sous le niveau des épaules);</p> <p>4- Stunts à 1 jambe sous le niveau des épaules connectés les uns aux autres.</p> | <p>4- Stunt en extension soutenu d'un seul côté;</p> <p>5- Stunt à 1 jambe au niveau des épaules connecté d'un seul côté ;</p> | <p>4- Stunt à 1 jambe en extension soutenu par une seule personne;</p> <p>5- Stunts à 1 jambe au niveau des épaules connectés les uns aux autres;</p> | <p>5- Stunt à 1 jambe en extension soutenu par une seule personne avec une connexion main-pied;</p> <p>6- Transition avec inversion de niveau 3;</p> <p>7- Stunts à 2 jambes en extension connectés les uns aux autres;</p> |
| Projections | Aucune | <p>6- Projection turbo OU Projection panier (basket toss) droit.</p> | <p>6- Projection panier (basket toss) droit.</p> | <p>8- Projection panier (basket toss) de style vrille (twist);</p> <p>9- Projection panier (basket toss) avec 1 figure (toe-touch, ball out, pike...).</p> |