

RSEQ

QUÉBEC • CHAUDIÈRE-APPALACHES

Championnat régional scolaire de cross-country RSEQ Québec-Chaudière-Appalaches

14 octobre 2017

**Centre éducatif Saint-Aubin
Baie-Saint-Paul**

Organisé par :

Les Godasses de Saint-Aubin



Table des matières

1	Renseignements généraux	3
2	Services techniques.....	3
2.1	Horaire	3
2.2	Alimentation	3
2.3	Santé.....	3
2.4	Vestiaires	3
2.5	Site web et résultats.....	4
2.6	Renseignements	4
2.7	Avis de participation.....	4
2.8	Inscription des athlètes	4
3	Réglementation	4
3.1	Surclassement	5
3.2	Nombre d'athlètes.....	5
3.3	Substitutions.....	5
3.4	Distances à parcourir.....	5
3.5	Système de pointage	5
3.6	Médailles et bannières.....	6
3.7	Réunion pour le provincial.....	6
3.8	Délégation pour le provincial.....	6
4	Horaire	6
5	Parcours	7
5.1	Boucle de 2km	7
5.2	Profile de la boucle de 2km	7
5.3	Boucle de départ (1km) + boucle de 2km	8
5.4	Profile de la boucle de départ (1km) + boucle de 2km	8
5.5	Parcours du 1km inclusif.....	8
5.6	Parcours par catégorie.....	9
5.7	Description du parcours	9
6	Pour se rendre	10
6.1	Adresse.....	10
6.2	Plan <i>Google Maps</i>	10
	Avis de participation	11

1 Renseignements généraux

Date : Samedi 14 octobre 2017

Endroit : Centre éducatif Saint-Aubin, Baie-Saint-Paul

Responsables :

Nicolas Tremblay, organisateur
nick91@live.ca

André-Marie Tremblay, organisateur
andre306@icloud.com

Tél. (maison) 418-435-6037

Tél. (bureau) 418-435-6802

La facturation sera faite par le RSEQ-QCA.

2 Services techniques

2.1 Horaire

Les délégations devront se présenter au Centre Éducatif Saint-Aubin entre 8h30 et 8h45.

2.2 Alimentation

Il n'y a pas de service de cafétéria, vous devez apporter votre lunch.

2.3 Santé

Service de premiers soins sur place. En cas de blessure grave, les blessés seront acheminés vers l'hôpital.

2.4 Vestiaires

Des vestiaires avec douche seront disponibles au bloc sportif du Centre éducatif Saint-Aubin. De plus, l'école sera ouverte pour la journée. Des toilettes adaptées sont également disponibles dans l'école.

2.5 Site web et résultats

Toutes les informations contenues dans ce document se retrouvent sur notre site web à l'adresse ci-dessous. Durant le championnat, les résultats seront également mis en ligne le plus tôt possible. De plus, ils seront disponibles sur rseqqca.com dans la semaine suivant l'événement.

<http://www.crosscountrybaiesaintpaul.ca>

2.6 Renseignements

- Les derniers renseignements et les dossards seront remis au **responsable** de chaque délégation dès leur arrivée.
- Chaque coureur doit épingler son dossard sur la poitrine et le conserver à la vue des juges à l'arrivée, sous peine de disqualification. Le dossard ne doit pas être ni plié, ni coupé.
- Chaque participant doit avoir en sa possession sa carte d'assurance-maladie pouvant servir en cas d'accident et aussi pour vérifier l'âge des participants, si nécessaire.

2.7 Avis de participation

Le retour des avis de participation doit se faire avant le mercredi 4 octobre 2017.

2.8 Inscription des athlètes

Les formulaires d'inscription des athlètes doivent nous parvenir avant mardi le 10 octobre 2017 à midi à l'adresse électronique suivante : jescobar@qca.rseq.ca

3 Réglementation

Les règlements généraux du RSEQ-QCA seront en vigueur.

MOUSTIQUE	De niveau primaire et né après le 30 septembre 2005
BENJAMIN	Du 1 ^{er} octobre 2003 au 30 septembre 2005
CADET	Du 1 ^{er} octobre 2001 au 30 septembre 2003
JUVÉNILE	Du 1 ^{er} juillet 1999 au 30 septembre 2001

3.1 Surclassement

Le simple surclassement est autorisé pour toutes les catégories.

3.2 Nombre d'athlètes

Un maximum de dix (10) athlètes chez les moustiques et huit (8) athlètes dans les autres catégories est autorisé par commission scolaire.

3.3 Substitutions

Un maximum de deux (2) substitutions par catégorie est accepté lors de l'accueil. Elles doivent être remises au responsable dès votre arrivée, donc, avant la tenue de la réunion des entraîneurs.

Il n'est pas permis d'ajouter des coureurs, mais seulement de remplacer un coureur déjà inscrit, qui a donc déjà reçu un numéro de dossard et de le remplacer par un autre athlète dans la même épreuve.

3.4 Distances à parcourir

- 2 km moustique filles
- 2 km moustique garçons
- 3 km benjamine filles
- 3 km benjamin garçons
- 4 km cadette filles
- 4 km cadet garçons
- 5 km juvénile filles
- 6 km juvénile garçons

3.5 Système de pointage

Le classement des commissions scolaires est déterminé ainsi* :

- Le rang d'arrivée détermine le pointage accordé à chaque compétiteur.
- Dans chaque catégorie, le cumulatif des rangs des cinq (5) premiers athlètes d'une délégation détermine le classement des délégations (commission scolaire).

* Une délégation qui n'a pas cinq (5) athlètes ayant terminé l'épreuve se verra attribuer un pointage équivalent au nombre d'athlètes ayant terminé l'épreuve plus 1 pour chaque athlète manquant.

3.6 Médailles et bannières

Les trois (3) premiers de chaque catégorie-sexe recevront une médaille et dans chaque catégorie-sexe une bannière commémorative sera remise au regroupement qui aura accumulé le plus petit total de points.

3.7 Réunion pour le provincial

Après la remise des récompenses, chaque responsable de délégation devra se rendre à la réunion pour la sélection de la délégation du championnat provincial.

3.8 Délégation pour le provincial

Juvenile : 6 filles et 6 garçons

Cadette : 8 filles et 8 garçons

Benjamine : 7 filles et 7 garçons

4 Horaire

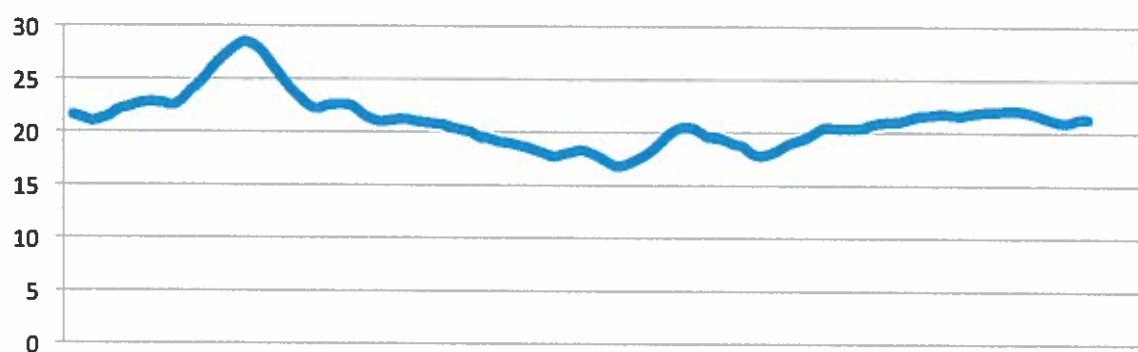
8 h 30	Accueil des délégations
8 h 45	Réunion des entraîneurs
9 h 00	Visite du parcours
9 h 45	2 km Moustique filles
10 h 15	2 km Moustique garçons
10 h 45	3 km Benjamine filles
11 h 30	3 km Benjamin garçons
12 h 15	Remise des médailles et bannières pour les départs du matin
12 h 30	1 km Inclusif
13 h 00	4 km Cadette filles
13 h 45	6 km Juvenile garçons
14 h 30	4 km Cadet garçons
15 h 15	5 km Juvenile filles
16 h 00	Remise des médailles et bannières pour les derniers départs
16 h 05	Réunion des entraîneurs pour le provincial
16 h 30	Départ des délégations

5 Parcours

5.1 Boucle de 2km



5.2 Profile de la boucle de 2km



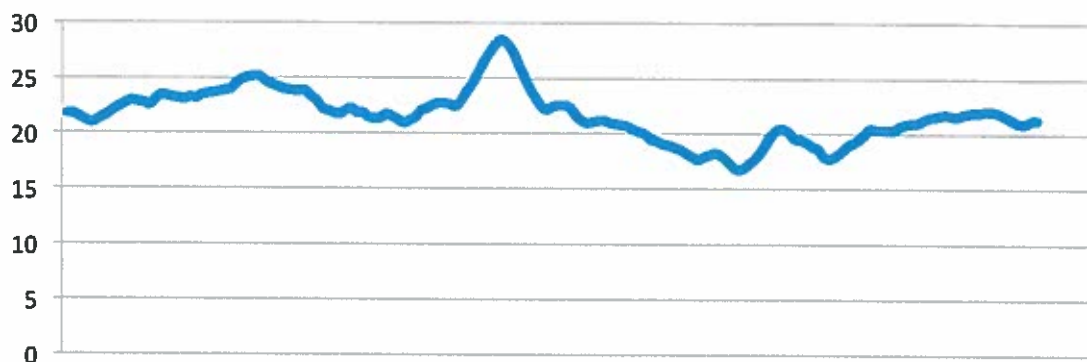
*Portez une attention particulière à la graduation de l'axe vertical. Le parcours est essentiellement plat.

5.3 Boucle de départ (1km) + boucle de 2km



Toutes les catégories empruntent le parcours du 2km. Pour les courses de 3km et 5km (Benjamin garçons, benjamine filles et juvénile filles), une boucle de départ de 1km est ajoutée au parcours.

5.4 Profile de la boucle de départ (1km) + boucle de 2km



*Portez une attention particulière à la graduation de l'axe vertical. Le parcours est essentiellement plat.

5.5 Parcours du 1km inclusif

Le parcours du 1km inclusif sera déterminé ultérieurement.

5.6 Parcours par catégorie

Catégorie	Parcours
Moustique (gars, filles)	Une boucle de 2km
Benjamin (gars, filles)	Boucle de départ + une boucle de 2km
Cadet (gars, filles)	Deux boucles de 2km
Juvenile filles	Boucle de départ + deux boucles de 2km
Juvenile gars	Trois boucles de 2km

5.7 Description du parcours

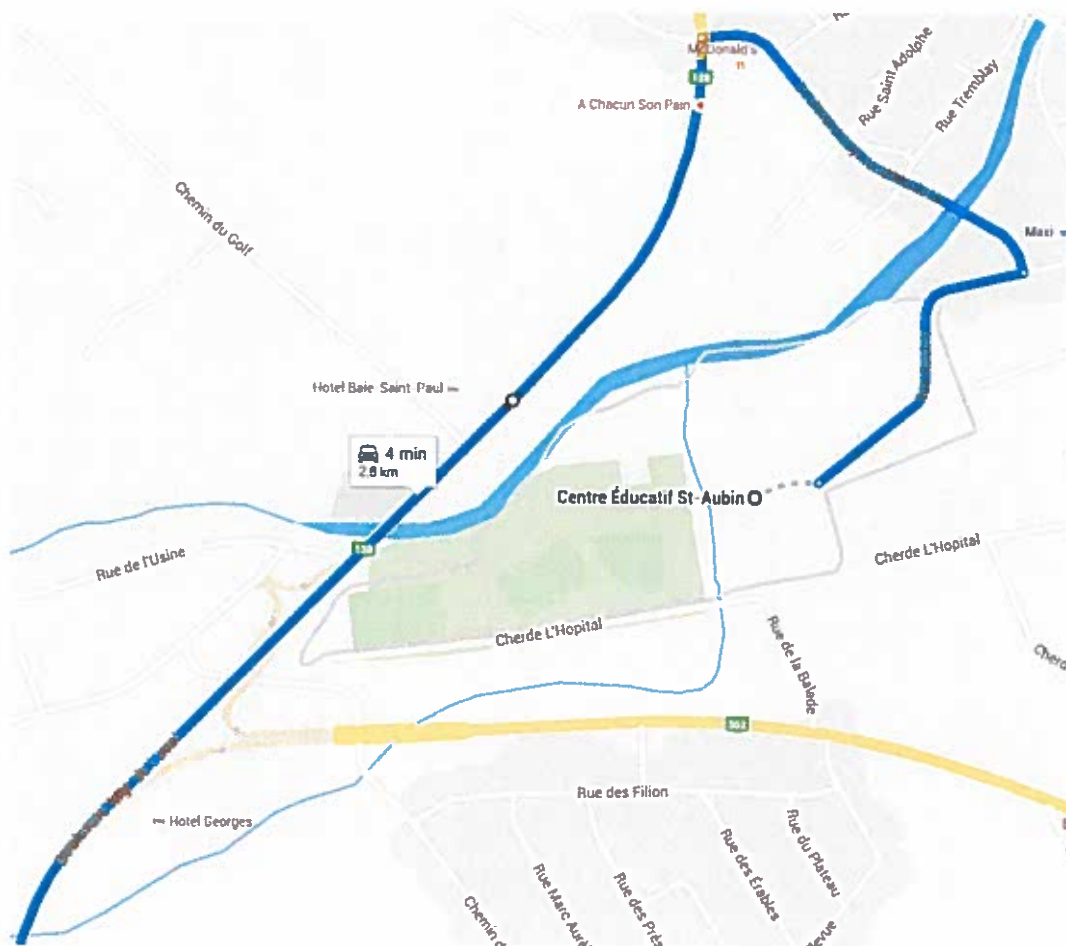
- Zone de départ large et en ligne droite sur plus de 300m.
- Parcours majoritairement gazonné et plat ponctué de relances et de cassures de rythme.
- Il y a quelques traverses de pistes cyclables asphaltées.
- L'arrivée se trouve au bout d'une ligne droite de 150m.

6 Pour se rendre

6.1 Adresse

Centre éducatif Saint-Aubin
200-101, rue Saint-Aubin
Baie Saint-Paul (Québec) G3Z 2R2

6.2 Plan *Google Maps*



- 1- À partir de Québec, aller en direction nord sur QC-138 E
- 2- Rendu à Baie-Saint-Paul, tourner à droite sur Boulevard Raymond Mailloux
- 3- Tourner à droite sur Rue Racine
- 4- Le Centre éducatif Saint-Aubin se trouve sur la rue Racine.

Avis de participation

La commission scolaire _____

Participera au championnat scolaire régional de cross-country qui se tiendra au Centre Éducatif Saint-Aubin dans la commission scolaire de Charlevoix ;

Nombre de participants par catégorie :

	Féminin	Masculin
Moustique	_____	_____
Benjamine	_____	_____
Cadette	_____	_____
Juvenile	_____	_____

Nom du responsable de la délégation

Signature du responsable de sport étudiant



RETOURNER AVANT LE 4 octobre 2017 :

Julio Cea Escobar
RSEQ-QCA
Télécopieur : (418) 657-1367
Courriel : jescobar@qca.rseq.ca