

# **Championnats Québécois**

**Juveniles, Séniors et Vétérans**

**Hiver 2020**

**avec Championnats de Pentathlon**

**Benjamins et Cadets**

**Organisés par :**



**le club Vainqueurs Plus**

**15 et 16 février 2020**

**Complexe sportif Claude-Robillard**

## **Dates et heures**

Samedi (\*) 15 février 2020 de 9h à 20h

Dimanche 16 février 2020 de 9h à 17h

(\*) *Les épreuves du match cadet **Ontario** vs **Québec** seront intégrées dans l'horaire du samedi de 9h à 14h30*

## **Endroit**

Complexe sportif Claude-Robillard  
1000 avenue Émile-Journault  
Montréal, Québec, H2M 2E7

## **Organisateurs**

### **Directrice de la rencontre**

Danielle Boulanger ([dboulanger@clubvainqueurs.com](mailto:dboulanger@clubvainqueurs.com))

### **Déléguée technique de la FQA**

Nana Momoh ([nmomoh@athletisme.qc.ca](mailto:nmomoh@athletisme.qc.ca))

## **Admissibilité**

Seuls les athlètes détenteurs d'une affiliation "Compétitive" peuvent être inscrits aux Championnats Québécois. Toute nouvelle affiliation ou renouvellement pour 2020 devra être complété dans Trackie par les responsables de club au plus tard le lundi 3 février 2020 afin que les athlètes soient admissibles à une participation aux Championnats Québécois du 15 et 16 février 2020.

## **Inscriptions**

Par internet : <https://www.av-sport.com>

Date limite : vendredi 7 février à 17h

Paiement sur <https://www.av-sport.com> via PayPal ou par carte de crédit

Coût: Juvéniles : 15\$ par épreuve

Séniors et Vétérans : 20\$ par épreuve

Pentathlon pour Benjamins et Cadets : 30\$

Relais : 5\$ par équipe

## **Inscriptions TARDIVES**

Acceptées jusqu'au dimanche 9 février à midi au triple du coût régulier.

Envoyez vos inscriptions tardives à Nana Momoh :

[nmomoh@athletisme.qc.ca](mailto:nmomoh@athletisme.qc.ca)

Toutes les demandes d'inscription reçues après le 9 février à midi seront refusées, y compris pour les relais.

## **Catégories**

Vétéran	35 ans ou plus en date de la compétition
Sénior	2000 ou avant
Juvenile	2003-2004
Cadet	2005-2006
Benjamin	2007 ou après

## **Surclassement**

Dans toutes les épreuves de piste, le surclassement simple sera accepté. Pour les épreuves de concours, le surclassement est autorisé sans restriction.

## **Performances d'inscription**

Les listes de départ seront établies en fonction des performances enregistrées dans les classements d'Athlétisme Canada. Dans le cas d'absence de performance, l'athlète sera placé dans la vague la plus faible.

## **Ordre des vagues**

Dans les épreuves en sections chronométrées, la vague la plus rapide sera courue en dernier.

## **Dossard**

Chaque athlète recevra un dossard personnalisé. Les clubs devront prendre possession de l'enveloppe au secrétariat de la compétition. À noter que seuls les athlètes avec dossard et les entraîneurs seront autorisés sur la piste.

## **Appel des participants**

Piste : à la table d'appel 45 minutes avant l'épreuve  
Concours : directement à l'aire de compétition 30 minutes avant l'épreuve  
(60 minutes avant l'épreuve dans le cas du saut à la perche)

## **Confirmation des équipes de relais**

La composition des équipes de relais devra être confirmée à la table d'appel au moins 60 minutes avant l'épreuve de relais au moyen du formulaire prévu à cet effet.

## **Récompenses**

Médailles des Championnats de la FQA aux trois (3) premiers Québécois.

## Programme d'épreuves

	Juvénile		Sénior		Vétéran	
	F	H	F	H	F	H
60m	X	X	X	X	X	X
200m	X	X	X	X	X	X
400m	X	X	X	X	X	X
800m	X	X	X	X	X	X
1500m	X	X	X	X	X	X
3000m	X	X	X	X	X	X
60m haies	X	X	X	X	X	X
3000m marche	X	X	X		X	
5000m marche				X		X
4x200m	X	X	X	X	X	X
4x400m	X	X	X	X	X	X
Hauteur	X	X	X	X	X	X
Perche	X	X	X	X	X	X
Longueur	X	X	X	X	X	X
Triple	X	X	X	X	X	X
Poids	X	X	X	X	X	X
Marteau	X	X	X	X	X	X

Pentathlon féminin : 60m haies – Hauteur – Poids – Longueur – 800m

Pentathlon masculin : 60m haies – Longueur – Poids – Hauteur – 1000m

## Logistique et services

**Vestiaires et douches** : Les bottes et manteaux d'hiver devront être laissés au vestiaire (apportez votre cadenas) ou dans les gradins.

**Premiers soins** : Un service de premiers soins/premier répondant sera disponible sur place.

**Casse-croûte** : Un service de vente de nourriture sera disponible sur place, prévoir de l'argent comptant.

## HORAIRE PROVISOIRE

### Samedi 15 février 2020 – Session du matin

Piste :

9h	60m haies	Match ON vs QC
9h15	60m haies	Pentathlon Benjamin
9h45	60m	Match ON vs QC
10h	60m (préliminaires)	Juvenile
10h45	2000m	Match ON vs QC
11h15	300m	Match ON vs QC
11h30	1500m marche	Match ON vs QC
11h50	60m FINALES A & B	Juvenile

Concours :

9h	Marteau	Match ON vs QC	F & M
9h15	Longueur "B"	Match ON vs QC	F
9h30	Hauteur "B"	Match ON vs QC	M
9h45	Perche	Match ON vs QC	F
10h	Hauteur "A"	Pentathlon Benjamin	F
10h20	Longueur "B"	Pentathlon Benjamin	M
10h45	Longueur "A"	Match ON vs QC	M
11h	Poids	Match ON vs QC	F & M
11h15	Hauteur "B"	Match ON vs QC	F
11h45	Perche	Match ON vs QC	M

### Samedi 15 février 2020 – Session d'après-midi

Piste :

13h	800m	Match ON vs QC
13h15	60m (préliminaires)	Sénior, Vétéran
14h	4x200m	Match ON vs QC
14h15	3000m/5000m marche	Juvenile, Sénior, Vétéran
15h	60m FINALES A & B	Sénior, Vétéran
15h30	400m	Juvenile, Sénior, Vétéran

## **Samedi 15 février 2020 – Session d'après-midi (suite)**

Concours :

12h45	Triple "A"	Match ON vs QC	F & M
13h15	Poids	Pentathlon Benjamin	M
14h	Hauteur "B"	Juvenile	M
14h30	Longueur "A"	Juvenile	F
14h45	Poids	Pentathlon Benjamin	F
15h	Perche	Juvenile, Sénior, Vétéran	F
15h15	Hauteur "A"	Pentathlon Benjamin	M
16h15	Longueur "A"	Juvenile	M
16h15	Longueur "B"	Pentathlon Benjamin	F
16h30	Poids	Juvenile	F

## **Samedi 15 février 2020 – Session de soirée**

Piste :

17h30	1000m	Pentathlon Benjamin M
17h45	800m	Pentathlon Benjamin F
18h	1500m	Juvenile, Sénior, Vétéran
18h45	4x200m	Juvenile, Sénior, Vétéran
19h30	4x400m	Juvenile, Sénior, Vétéran

Concours :

17h30	Hauteur "B"	Juvenile, Sénior, Vétéran	F
18h	Perche	Juvenile, Sénior, Vétéran	M
18h30	Poids	Juvenile	M
18h30	Longueur "A"	Sénior, Vétéran	M

## **Dimanche 16 février 2020 – Session du matin**

Piste :

9h	60m haies	Pentathlon Cadet
9h15	60m haies (préliminaires)	Juvenile, Sénior, Vétéran
10h15	3000m	Juvenile, Sénior, Vétéran
11h30	60m haies FINALES	Juvenile, Sénior, Vétéran

## **Dimanche 16 février 2020 – Session du matin (suite)**

Concours :

9h	Marteau	Juvenile, Sénior, Vétéran	F & M
9h45	Hauteur "B"	Pentathlon Cadet	F
10h15	Longueur "B"	Pentathlon Cadet	M
10h30	Poids	Sénior, Vétéran	F & M
10h45	Longueur "A"	Sénior, Vétéran	F

## **Dimanche 16 février 2020 – Session d'après-midi**

Piste :

13h	200m	Juvenile, Sénior, Vétéran
14h30	800m	Juvenile, Sénior, Vétéran
16h30	800m	Pentathlon Cadet F
16h45	1000m	Pentathlon Cadet M

Concours :

12h15	Poids	Pentathlon Cadet	M
12h30	Hauteur "B"	Sénior, Vétéran	M
13h	Triple "A"	Juvenile, Sénior, Vétéran	M
13h30	Poids	Pentathlon Cadet	F
14h30	Hauteur "B"	Pentathlon Cadet	M
14h45	Triple "A"	Juvenile, Sénior, Vétéran	F
15h	Longueur "B"	Pentathlon Cadet	F

***Le club Vainqueurs Plus vous souhaite  
un bon championnat !***

Et si le



*vous en dit, joignez-vous à notre équipe de bénévoles pour l'occasion !*

Pour s'enregistrer : <https://forms.gle/K2pD7A68NmcAtJNR7>

**COMFORT INN  
LAVAL**

**2055, AUTOROUTE  
DES LAURENTIDES**



Chambres standards  
pouvant accueillir jusqu'à  
4 personnes

Déjeuner chaud gratuit

Réfrigérateur et micro-  
ondes dans toutes les  
chambres

Accès Internet haute  
vitesse gratuit  
Stationnement et appels  
locaux gratuits

**Numéro sans frais:**

**450-686-0600**

**Demandez le tarif de  
la Fédération  
québécoise  
d'athlétisme**

**COMFORT INN  
BOUCHERVILLE**

**96, BOULEVARD DE  
MORTAGNE**



Chambres standards  
pouvant accueillir jusqu'à  
4 personnes

Déjeuner chaud gratuit

Réfrigérateur et micro-  
ondes dans toutes les  
chambres

Accès Internet haute  
vitesse gratuit  
Stationnement et appels  
locaux gratuits

**Numéro sans frais:**

**450-641-2880**

**Demandez le tarif de  
la Fédération  
québécoise  
d'athlétisme**

**COMFORT INN  
BROSSARD**

**7863, BOULEVARD  
TASCHEREAU**



Chambres standards  
pouvant accueillir jusqu'à  
4 personnes

Déjeuner chaud gratuit

Réfrigérateur et micro-  
ondes dans toutes les  
chambres

Accès Internet haute  
vitesse gratuit  
Stationnement et appels  
locaux gratuits

**Numéro sans frais:**

**450-678-9350**

**Demandez le tarif de  
la Fédération  
québécoise  
d'athlétisme**