

Championnats provinciaux civil, collégial et universitaire de *cross-country* en collaboration avec :



Samedi le 31 octobre 2015
Club de Golf Grand-Mère



Renseignements Généraux

Événement	Championnats provinciaux civil, collégial et universitaire de Cross Country, présentés par Lait's go sport!	
Date	Samedi le 31 octobre 2015	
Lieu	Club de golf de Grand-Mère, 1, chemin du Golf, (819) 538-3560 http://www.golfgrandmere.com/	
Sanction	Fédération Québécoise d'Athlétisme (FQA) Réseau du sport étudiant du Québec (RSEQ)	
Organisateurs	Club de Cross Country des Patriotes de l'UQTR Club d'athlétisme Zénix de la Mauricie	
Partenaires	Fédération Québécoise d'Athlétisme (FQA) Réseau du sport étudiant du Québec (RSEQ) Ville de Shawinigan	
Directeur de la rencontre	Jean Lemoyne	jean.lemoyne@uqtr.ca
Informations:	Pierre Thibodeau	thibodeaupierre@hotmail.com

Responsables

Volet Civil
Serge Thibaudeau
Courriel : sthibaudeau@athletisme.qc.ca
Tél : 514-252-3041 poste 3484

Volet Collégial : Marc-André René
Courriel : mrene@rseq.ca
Tel : 1-418-657-7678 poste 207

Volet Universitaire : Bernard Gagnon
Courriel : bgagnon@rseq.ca
Tél : 514-252-3300 poste 3604

Réunion technique : Samedi le 31 octobre 2015 à 10 h 00 dans la salle à manger du Club de Golf Grand-Mère. Ceci ne s'applique pas pour le secteur Collégial

Informations Techniques

Épreuves

Catégorie	Âge	Naissance			Jusqu'au 23
			F	M	oct.
Benjamin	12-13	2002-2003	2 km	3 km	10.00\$
Cadet	14-15	2000-2001	3 km	4 km	10.00\$
Juvenile	16-17	1998-1999	4 km	6 km	10.00\$
Junior	18-19	1996-1997	5 km	8 km	20.00\$
Senior	20-34	1981-1995	6 km	10 km	20.00\$
Vétéran	35 et plus	1980 et avant	8 km	8 km	20.00\$
Coureur sur route	34 et moins	1981 et après	8 km	8 km	20.00\$
Coureur sur route	35 et plus	1980 et avant	8 km	8 km	20.00\$

Catégorie	Féminin	Masculin	Équipe	Individuel
Collégiale	5 Km	8 Km		\$ 15.00
Universitaire	6 Km	10 Km	\$ 200.00	\$ 30.00

Inscription

Les inscriptions se font via le site web de la FQA
<http://www.slsathletisme.com/ins/main.php>

Date limite

Les inscriptions doivent être faites au plus tard vendredi, le 23 octobre 2015, 17 h00.

Les inscriptions seront validées dès que le paiement des frais sera effectué.
(à l'exception des secteurs collégial et universitaire).

Suite à l'inscription en ligne veuillez **faire parvenir la confirmation de vos inscriptions et votre paiement (chèque à l'ordre de) : Club Zénix de la Mauricie** (à l'exception des secteurs collégial et universitaire)

À l'adresse suivante :

**Chantal Lebrun
 1751, 58^e avenue, Grand-Mère (Québec)
 G9T 7B8**

Aucune inscription sans paiement.

Remboursement : Aucun remboursement ne sera autorisé.

1. Civil

1.1. Sanction

Fédération Québécoise d'Athlétisme (FQA)

Seuls les athlètes dûment affiliés à la Fédération pourront participer dans les championnats provinciaux de cross-country 2015. L'inscription doit se faire avant la date limite du 23 octobre 2015.

1.2. Surclassement

Le simple surclassement est permis.

1.3. Récompenses

Des médailles seront remises aux trois (3) premiers de chaque épreuve (hommes et femmes) civile. Dans la catégorie "coureur sur route", il y aura des médailles dans les catégories (34 ans et moins et 35 ans et plus). Une bannière sera remise pour l'équipe civile gagnante, hommes et femmes, sauf pour la catégorie "coureur sur route". Seuls les clubs affiliés à la Fédération sont éligibles à la bannière par équipe.

1.4. Classement et pointage par équipe

Le classement des équipes civiles benjamin à junior est établi par l'addition des rangs des trois (3) premiers.

Le classement des équipes civiles séniors et vétérans (dont tous les athlètes sont affiliés) est établi par l'addition des rangs des trois (3) premières du côté féminin et des quatre (4) premiers du côté masculin.

Les équipes incomplètes juniors ne seront pas considérées au classement final.

L'attribution des points des équipes sénior et vétérans incomplètes sera en fonction du nombre d'athlètes qui terminent la course, en additionnant le total d'athlètes dans la course plus 1.

L'équipe gagnante est celle dont le total de l'addition des rangs est le plus bas. En cas d'égalité, le rang du dernier coureur déterminera l'équipe gagnante.

Lorsque les équipes collégiales et universitaires, vont inscrire leurs athlètes aux championnats, tous les athlètes membre en règle de la FQA apparaîtront dans les résultats du volet civil sous le nom de leur club civil.

2. Collégial

2.1. Sanction

Les règlements officiels sont ceux reconnus par la Fédération Québécoise d'Athlétisme et le secteur collégial du Réseau du sport étudiant du Québec.

Délégation

Chaque collège peut inscrire un nombre illimité d'étudiants - athlètes.

2.2. Admissibilité

Pour pouvoir participer au championnat provincial, un athlète devra avoir participé à au moins 50% des rencontres en saison régulière, incluant le championnat de conférence.

De plus, afin de participer au championnat provincial, les athlètes devront avoir réalisé un temps qui sera égale ou inférieur à 130% de la moyenne des cinq (5) meilleurs temps de la course lors du championnat de conférence et ceci tout en respectant l'entité équipe de chaque collège.

L'athlète qui aura une absence motivée ou un abandon lors du championnat de conférence devra réaliser un temps qui sera égal ou inférieur à 130% de la moyenne des cinq (5) meilleurs temps de la course précédente à laquelle il a participé.

2.3. Classement et pointage par équipe

Le classement des équipes collégiales est établi par l'addition des rangs des 4 premiers participants de chaque collège. L'équipe gagnante est celle dont le total de l'addition des rangs est le plus bas.

S'il y a moins de 4 athlètes d'une même équipe qui franchissent le fil d'arrivée, le pointage accordé pour chaque athlète manquant est équivalent au nombre total d'athlètes terminant la course plus un.

En cas d'égalité au classement par équipe, le bris sera le suivant : Total des temps des 4 premiers participants.

Récompenses

2.4.1. Individuel

Médailles d'or, d'argent et de bronze aux meilleurs temps.

2.4.2. Équipe (collèges)

Bannières à l'équipe championne du classement masculin et du classement féminin.
Médailles d'or, d'argent et de bronze à tous athlètes des trois (3) premières équipes (féminin et masculin).

3. Universitaire

3.1. Sanction

Les règlements officiels sont ceux reconnus par la Fédération Québécoise d'Athlétisme et du Réseau du sport étudiant du Québec.

3.2. Admissibilité

Selon les critères du SIC. et avoir participé à une compétition de la saison régulière.

3.3. Délégation

Chaque université peut inscrire un nombre illimité d'étudiants-athlètes.

3.4. Classement et pointage par équipe

3.4.1. Classement individuel

Le meilleur temps déterminera le gagnant.

3.4.2. Féminin et masculin

Les équipes championnes provinciales universitaires féminines et masculines seront déterminées lors du championnat provincial universitaire, par le cumul respectif des 5 meilleures positions. En cas d'égalité, le pointage du 5ème coureur-pointeur départagera le classement.

3.5. Récompenses

3.5.1. Individuel

Des médailles d'or, d'argent et de bronze seront remises aux meilleurs temps chez les femmes et chez les hommes.

3.5.2. Équipe

Une bannière sera remise à l'équipe championne du classement masculin et du classement féminin.

Des médailles d'or, seront remises aux sept (7) premières athlètes féminines et sept (7) premiers athlètes masculins (équipes d'étoiles) ainsi qu'aux sept (7) coureuses de l'équipe gagnante féminine et sept (7) coureurs de l'équipe gagnante masculine.

3.5.3. Reconnaissances (certificats laminés suivront) :

- Athlète féminine par excellence de l'année
- Athlète masculin par excellence de l'année
- Recrue féminine de l'année (21 ans au 1^e septembre 2015)
- Recrue masculin de l'année (21 ans au 1^e septembre 2015)
- Prix Leadership et engagement social féminin
- Prix Leadership et engagement social masculin
- Entraîneur de l'année (cross-country féminin)
- Entraîneur de l'année (cross-country masculin)
- Équipes d'étoiles (7 premières femmes et 7 premiers hommes).

Site de la rencontre

1. Inscription et secrétariat : Le secrétariat sera situé dans le chalet du terrain de golf, côté face au stationnement.
 2. Parcours : Le parcours est gazonné et vallonné par endroit et accentué à d'autre. Il est balisé par des rubans et des drapeaux de couleur, afin de permettre aux athlètes de s'y retrouver facilement.
 3. Services sur le site : Affichage des résultats, Premiers soins, Toilettes, Restauration
 4. Douches : Les douches seront disponibles au Golf Grand-Mère ainsi qu'au Service du sport de l'École secondaire Du Rocher, 300 7 Rue, Grand-Mère.
 5. Remise des prix et des récompenses : se fera sur place près de la terrasse, vue sur le terrain de golf.
 6. Horaire provisoire de la rencontre
-

*Il se peut que des catégories soient regroupées en fonction du nombre d'inscription. (Ceci ne s'applique pas au secteur collégial)

	Épreuve	Catégorie	Sexe	Remise de médailles
11 :00	6 Km	Senior+ Universitaire	Féminin	12:50
11 :40	10 Km	Senior + Universitaire	Masculin	12:50
12 :40	5 km	Junior+Collégial	Féminin	14:15
13 :15	8 Km	Junior + Collégial	Masculin	14:15
14 :05	2 Km	Benjamin	Féminin	14:35
14 :25	3 Km	Benj Hom + Cad Fem		15:00
14 :50	4 Km	Cadet	Masculin	15:30
15:20	4 Km	Juvenile	Féminin	16:00
15:50	6 Km	Juvenile	Masculin	16:40
16:30	8 Km	Vétéran + CSR	Masculin + Féminin	17:30
17:20	Fin des courses			

(**) L'organisation se garde le droit de faire la remise de médailles pendant ou après la course suite aux discussions avant la compétition avec la FQA.

Championnats Provinciaux de cross-country 2015

Boucle de 2km

2 km = 1 boucle

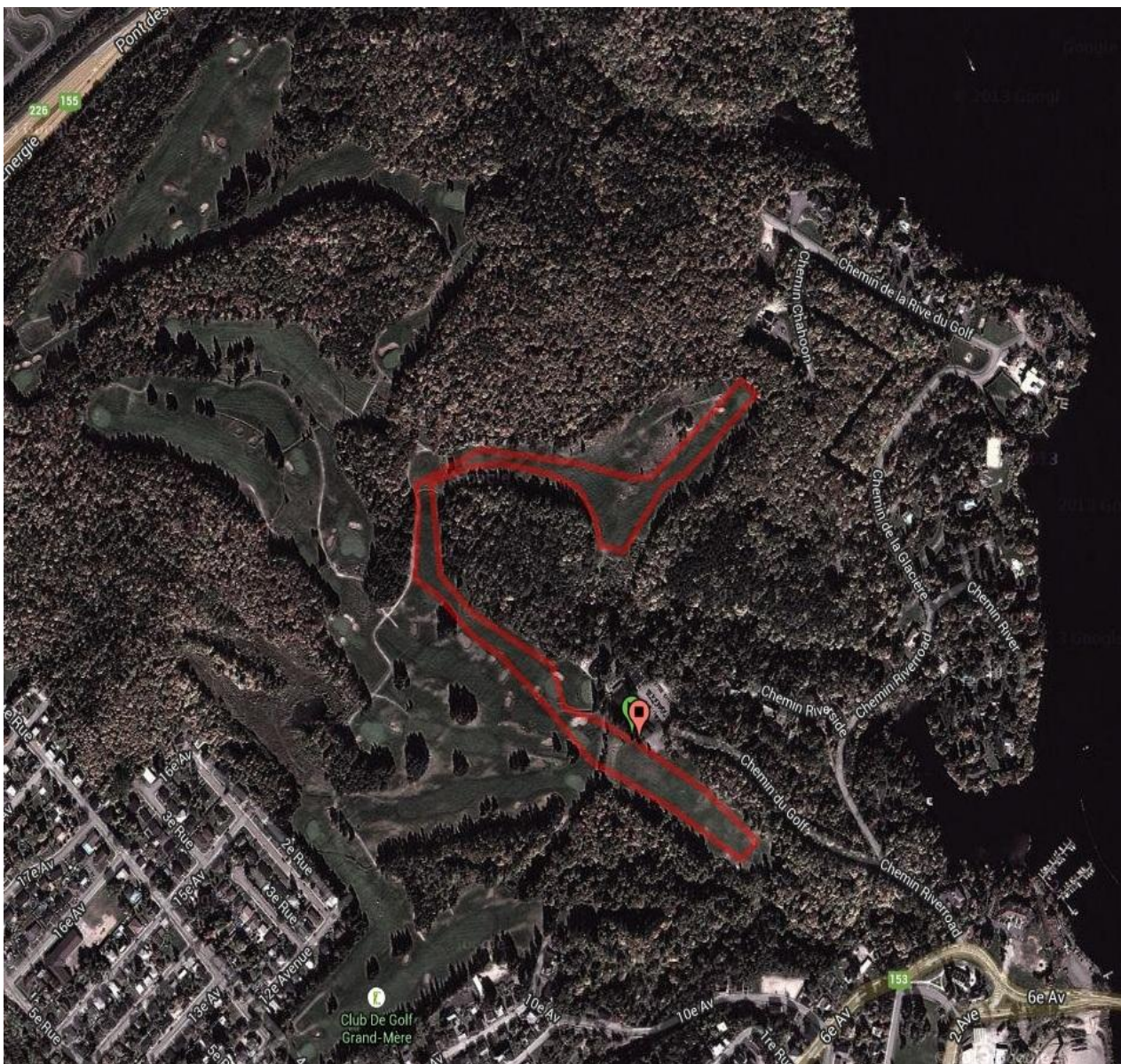
4 km = 2 boucles



Boucle 2.5km

5 km = 2 boucles

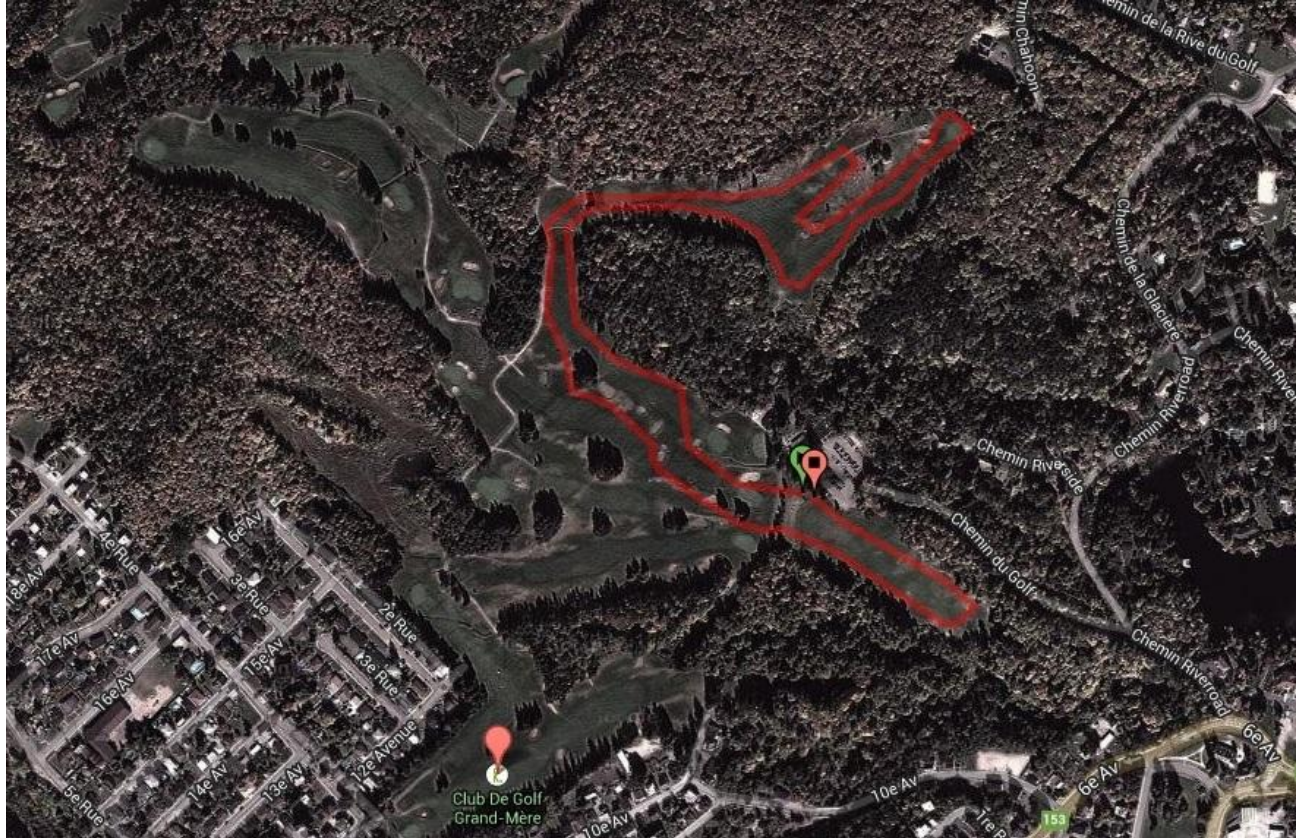
10 km = 4 boucles



Boucle de 3km

6 km = 2 boucles

8 km = 1X3 + 2X2.5 (3 boucles)



Comment se rendre ?

<http://athletisme-quebec.ca/medias/commentserendregolfgrandmere-g.jpg>