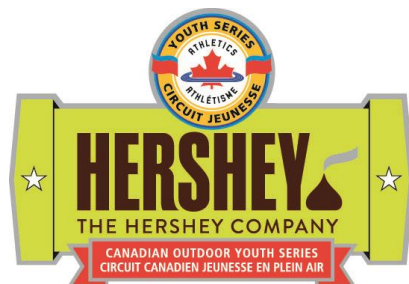


# DOCUMENT TECHNIQUE



## CHAMPIONNATS PROVINCIAUX D'ATHLÉTISME PLEIN AIR

(catégories Benjamine-Cadette-Juvenile  
et épreuves combinées Junior-Senior)

Sélection de l'équipe du Québec  
Jeux de la Légion

16 et 17 juillet 2016

**Date limite d'inscription :  
vendredi 8 juillet 2016 / 17 h**

# Université Laval

## RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

### Dates :

16 et 17 juillet 2016

### Heures :

- Le samedi à 10 h
- Le dimanche à 9 h

### Organismes responsables :

- Fédération Québécoise d'Athlétisme
- Club d'athlétisme de l'université Laval

### Responsables de la compétition :

- Directeur de la rencontre : Sylvain Cloutier [sylvain.cloutier@sas.ulaval.ca](mailto:sylvain.cloutier@sas.ulaval.ca)
- Délégué technique : Serge Thibaudeau [sthibaudeau@athletisme.qc.ca](mailto:sthibaudeau@athletisme.qc.ca)

## RENSEIGNEMENTS TECHNIQUES

### Sanctions :

- Fédération Québécoise d'Athlétisme
- Athlétisme Canada

### Installations techniques :

Piste de 400m, 8 couloirs en revêtement synthétique Mondo Rubber

Pointes: 7mm maximum  
Engins: Tous les engins sont fournis, sauf la perche  
Gradins: 10000 places  
Chronométrage: Finishlynx  
Vestiaire et douches  
Casse-croûte

### Inscription :

**Date limite** : **vendredi 8 juillet 2016 avant 17 h** sur le site web à  
l'adresse suivante : <http://www.avs-sport.com/main.php>

Aucune modification ou ajout ne sera accepté après la date limite et aucun remboursement.

**Note** : Aucune inscription et ou modification ne sera acceptée après  
**le vendredi 8 juillet, 17 h. (à l'exception des équipes de relais)**

**Note** : Les inscriptions tardives seront acceptées jusqu'au **dimanche 10 juillet 2016,**  
**avant 12 h**, sur le formulaire courriel à fin du présent document, et ce,  
au prix de **4 fois le coût régulier par épreuve.** (exception : épreuves de relais)

**Important :**

Seuls les athlètes affiliés dans le secteur « compétitif » auprès de leur fédération d'athlétisme provinciale seront admis à ces championnats. Aucun autre type d'affiliation ne sera accepté, et aucune affiliation d'un jour ne sera possible. **Pour les athlètes de la FQA, toutes les demandes d'affiliation doivent être soumises par les clubs au minimum 48 heures avant la date limite d'inscription aux championnats.**

Veillez adresser vos demandes d'affiliation directement à Martine Lafleur ([mlafleur@athletisme.qc.ca](mailto:mlafleur@athletisme.qc.ca)) au plus tard le mercredi 6 juillet 2016 à 17h00

La liste de performances sera sur le site de la Fédération. [www.athletisme-quebec.ca](http://www.athletisme-quebec.ca) à compter du 11 juillet 2016.

**COÛT :**

15,00 \$ pour la 1<sup>ère</sup> épreuve et 10,00 \$ pour les autres épreuves (benjamin –cadet-Juvenile)  
30,00\$ pour les épreuves combinées (Junior-Senior)

10,00 \$ par épreuve de relais

**MODALITES DE PAIEMENT :**

Faire un chèque ou un mandat-poste à l'ordre de : **Université Laval** et faire parvenir avec une copie des inscriptions à l'adresse suivante :

**Monsieur Sylvain Cloutier  
PEPS, Université Laval  
2300 Rue de la Terrasse bureau 2254  
Québec (Qc)  
G1V 0A6**

**RÈGLEMENTS :**a) Catégories :

Benjamine :	2003 et après	Junior :	1997-1998
Cadette :	2001-2002	Senior :	1982-1996
Juvenile :	1999-2000		

## b) Les athlètes devront porter leur dossard permanent lors du passage à la chambre d'appel.

**Chaque athlète recevra un dossard personnalisé. Les clubs devront prendre possession de l'enveloppe au secrétariat.**

c) Les listes de départ seront établies en fonction **des performances enregistrées dans les statistiques d'athlétisme Canada.** Dans le cas d'absence de performance, l'athlète sera placé dans la vague la plus faible. La fédération se réserve le droit de rectifier les temps d'inscriptions.

d) Chambre d'appel

Pour les **épreuves de piste**, tous les athlètes devront obligatoirement se présenter **40 minutes avant l'épreuve à la chambre d'appel** avec leur dossard. Pour les **concours**, il n'y aura **pas de chambre d'appel**, et les athlètes iront directement à leur épreuve au plus tard 30 minutes avant le début de l'épreuve, à l'exception du saut à la perche (60 minutes avant le début de l'épreuve). Tout athlète qui ne respecte pas cette consigne sera exclu de l'épreuve.

e) Surclassement :

Pour les épreuves de piste, le surclassement est autorisé d'une seule catégorie. Pour les épreuves de concours, le surclassement est autorisé sans aucune restriction.

f) Limitation des épreuves

***Pour le championnat provincial benjamine et cadette, un athlète pourra s'inscrire à un maximum de quatre (4) épreuves et pas plus de trois épreuves dans le même groupe d'épreuves.***

g) Relais

Les inscriptions de relais seront acceptées jusqu'à 1 heure avant les épreuves de relais du samedi 16 juillet à la chambre d'appel sur le formulaire de confirmation des noms des athlètes des équipes de relais.

h) Blocs de départ

L'utilisation des blocs de départ sera interdite dans la catégorie benjamine. L'utilisation des blocs de départ sera au choix des entraîneurs ou de l'athlète dans la catégorie cadette. Les trois points d'appuis ou quatre points seront acceptés, et ce, dans la séquence où l'athlète sera à son aise.

i) Récompenses

Médailles aux trois (3) premiers Québécois

## **RENSEIGNEMENTS LOGISTIQUES**

1) Centre d'information technique (secrétariat)

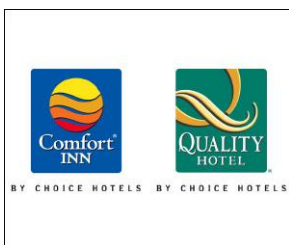
Le Centre d'information technique sera situé dans la loge derrière les gradins, près de la ligne d'arrivée.

2) Remise de médailles

Les médailles seront remises immédiatement après l'épreuve sur le podium.

### 3) Hébergement

Réserver directement auprès des hôtels recommandés par la Fédération.



Chambre : suite ; 1 lit King et sofa-lit, tarif préférentiel à 119.00\$ + taxes/nuit  
2 lits doubles, tarif préférentiel à 119.00\$ + taxes/nuit

Arrivée : 15 juillet 2016

Départ : 17 juillet 2016

- Petit déjeuner chaud gratuit servi de 6h30 à 9h30 le matin
- Les participants/clubs devront appeler directement à l'hôtel au 1-877-574-6835 options #1 + #3 + #1 et doivent mentionner le bloc de chambres "Championnat athlétisme provincial" et le numéro du bloc de chambres est 2550009.

L'annulation pour une chambre doit être reçue 24 heures avant la date de l'arrivée pour éviter toute pénalité.

Les chambres seront protégées jusqu'au 15 juin 2016.



Chambre 2 lits double tarif préférentiel 149.00\$ + taxes / nuit

Arrivée: 15 juillet à 16h00

Départ : 17 juillet à 12h00

- Frais d'annulation 48 heures et plus sans frais
- Accès internet gratuit
- Piscine et spa intérieur
- Stationnement gratuit
- À deux minutes à pied du PEPS
- Sur demande : micro-onde, mini-frigo et lit pliant

### 4) Alimentation

Un casse-croûte sera installé au stade.

### 5) Premiers soins

Des services de premiers soins (glace, examen) seront offerts pendant la compétition.

**CHAMPIONNATS PROVINCIAUX Plein Air Benjamine-Cadette- Juvénile,  
Épreuves combinées Junior-Senior**

**QUÉBEC, Université Laval**

**16 et 17 juillet 2016**

**Liste des épreuves / Events list**

<u>ÉPREUVE</u>	Benj	Cad	juv	Jun	Sen	Benj	Cad	juv	Jun	Sen
80m	X					X				
100 m		X	X				X	X		
150 m	X					X				
200 m		X	X				X	X		
300m		X					X			
400 m			X					X		
800 m	X	X	X			X	X	X		
1200m	X	X				X	X			
1 500 m			X					X		
2000m		X					X			
3 000 m			X					X		
80 m Haies	X	X				X				
100 m Haies			X				X			
110 m Haies								X		
200 m Haies	X	X				X	X			
400 m Haies			X					X		
Steeple chase		1500	2000				1500	2000		
Marche	800	1500	3000			800	1500	3000		
4 x 100 m	X	X	X			X	X	X		
4 x 400 m			X					X		
Hauteur	X	X	X			X	X	X		
Perche		X	X				X	X		
Longueur	X	X	X			X	X	X		
Triple saut		X	X				X	X		
Poids	2kg	3kg	3kg			3kg	4kg	5kg		
Disque	600g	1kg	1kg			750g	1kg	1.5kg		
Javelot	400g	500g	500g			500g	600g	700g		
Marteau	2kg	3kg	3kg			3kg	4kg	5kg		
Hepta/Decathlon				X	X				X	X

**Champ. prov. Benjamine + Cadette + Juvénile / Épr. combinées Junior + Sénior 2016**  
**16 et 17 juillet 2016 - Université Laval**  
**Organisé par le Club d'athlétisme de l'Université Laval**

**HORAIRE PROVISOIRE DE COMPÉTITION** (mise à jour : 3 juin 2016 / 21 h 15)

**Samedi 16 juillet 2016 - Session # 1**

<u>HEURE</u>	<u>#</u>	<u>ÉPREUVE</u>	<u>CATÉGORIE</u>	<u>H / F</u>	<u>TOUR</u>	<u>NBRE PARTIC.</u>	<u>FIN</u>	<u>COMMENTAIRES</u>
<b>9 h à 10 h Formation des officiels / niveau 1</b>								
10 h	13	300 m	Cadette	F	Prélim			
10 h 12	14	300 m	Cadette	H	Prélim.			
10 h 24	15	400 m	Juvénile	F	Prélim.			
10 h 36	16	400 m	Juvénile	H	Prélim.			
10 h 50	108 110	<b>100 m Déca</b>	Junior Sénior	H	1 série			
11 h 10	23	1 200 m	Benjamine	F	F.s.c.			
11 h 26	24	1 200 m	Benjamine	H	F.s.c.			
11 h 30	107 109	<b>100 m Haies Hepta</b>	Junior Sénior	F	1 série			<b>33"</b>
11 h 35	25	1 200 m	Cadette	F	F.s.c.			
11 h 51	26	1 200 m	Cadette	H	F.s.c.			
12 h 07	27	1 500 m	Juvénile	F	F.s.c.			
12 h 25	28	1 500 m	Juvénile	H	F.s.c.		12 h 38	
9 h	89	Disque	Benjamine	F	Finale			<b>600 gr</b>
10 h	75	Longueur	Cadette	F	Finale			
10 h	66	Hauteur	Cadette	H	Finale			
10 h	88	Poids	Juvénile	H	Finale			<b>5,0 kg</b>
10 h 30	92	Disque	Cadette	H	Finale			<b>1,0 kg</b>
11 h 30	108 110	<b>Longueur Déca</b>	Junior Sénior	H				
11 h 30	85	Poids	Cadette	F	Finale			<b>3,0 kg</b>
11 h 30	98	Javelot	Cadette	H	Finale			<b>600 gr</b>
12 h 15	107 109	<b>Hauteur Hepta</b>	Junior Sénior	F				

## FIN DE LA SESSION # 1

### Samedi 16 juillet 2016 - Session # 2

<u>HEURE</u>	<u>#</u>	<u>ÉPREUVE</u>	<u>CATÉGORIE</u>	<u>H / F</u>	<u>TOUR</u>	<u>NBRE PARTIC.</u>	<u>FIN</u>	<u>COMMENTAIRES</u>
13 h 30	1	80 m	Benjamine	F	Prélim.			
13 h 46	2	80 m	Benjamine	H	Prélim.			
14 h 05	3	100 m	Cadette	F	Prélim.			
14 h 21	4	100 m	Cadette	H	Prélim.			
14 h 37	5	100 m	Juvenile	F	Prélim.			
14 h 53	6	100 m	Juvenile	H	Prélim.			
15 h 10	$\frac{107}{109}$	<b>200 m Hepta</b>	$\frac{\text{Junior}}{\text{Sénior}}$	F	1 série	_____		
15 h 16	13	300 m	Cadette	F	Finale	8		
15 h 20	14	300 m	Cadette	H	Finale	8		
15 h 24	15	400 m	Juvenile	F	Finale	8		
15 h 28	16	400 m	Juvenile	H	Finale	8		
15 h 35	1	80 m	Benjamine	F	Finale	8		
15 h 39	2	80 m	Benjamine	H	Finale	8		
15 h 45	3	100 m	Cadette	F	Finale	8		
15 h 49	4	100 m	Cadette	H	Finale	8		
15 h 53	5	100 m	Juvenile	F	Finale	8		
15 h 57	6	100 m	Juvenile	H	Finale	8		
16 h 05	$\frac{108}{110}$	<b>400 m Déca</b>	$\frac{\text{Junior}}{\text{Sénior}}$	H	1 série	_____		
16 h 20	39	200 m Haies	Benjamine	F	F.s.c.			30"
16 h 28	40	200 m Haies	Benjamine	H	F.s.c.			
16 h 45	60	4 x 100 m	Juvenile	H	F.s.c.			
	58	4 x 100 m	Cadette	H	F.s.c.			
16 h 55	56	4 x 100 m	Benjamine	H	F.s.c.			
	59	4 x 100 m	Juvenile	F	F.s.c.			
17 h 05	57	4 x 100 m	Cadette	F	F.s.c.			
	55	4 x 100 m	Benjamine	F	F.s.c.		17 h 06	
13 h	76	Longueur	Cadette	H	Finale			
13 h 15	93	Disque	Juvenile	F	Finale			1,0 kg
13 h 00	$\frac{108}{110}$	<b>Poids Déca</b>	$\frac{\text{Junior}}{\text{Sénior}}$	H		_____		6,0 kg
								7,26 kg
13 h 30	63	Hauteur	Benjamine	F	Finale			
13 h 45	90	Disque	Benjamine	H	Finale			750 gr
14 h 15	$\frac{107}{109}$	<b>Poids Hepta</b>	$\frac{\text{Junior}}{\text{Sénior}}$	F		_____		4,0 kg
14 h 30	74	Longueur	Benjamine	H	Finale			



14 h 45	$\frac{108}{110}$	<b>Hauteur Déca</b>	$\frac{\text{Junior}}{\text{Sénior}}$	H			
15 h 00	91	Disque	Cadette	F	Finale		<b>1,0 kg</b>
16 h	77	Longueur	Juvenile	F	Finale		
16 h 00	65	Hauteur	Cadette	F	Finale		
16 h 30	94	Disque	Juvenile	H	Finale		<b>1,5 kg</b>

### Samedi 16 juillet 2016 - Session # 3

<u>HEURE</u>	<u>#</u>	<u>ÉPREUVE</u>	<u>CATÉGORIE</u>	<u>H / F</u>	<u>TOUR</u>	<u>NBRE PARTIC.</u>	<u>FIN</u>	<u>COMMENTAIRES</u>
18 h 15	61	4 x 400 m	Juvenile	F	F.s.c.			
18 h 25	62	4 x 400 m	Juvenile	H	F.s.c.			
18 h 35	45	1 500 m Steeple	Cadette	F	Finale			<i>sans rivière (30")</i>
18 h 44	46	1 500 m Steeple	Cadette	H	F.s.c.			<i>sans rivière (30")</i>
19 h 02	47	2 000 m Steeple	Juvenile	F	Finale			<b>30"</b>
19 h 13	48	2 000 m Steeple	Juvenile	H	Finale		19 h 21	<b>33"</b>
17 h 45	86	Poids	Cadette	H	Finale			<b>4,0 kg</b>
18 h 00	$\frac{99}{97}$	Javelot	$\frac{\text{Juvenile}}{\text{Cadette}}$	$\frac{F}{F}$	Finale			<b>500 gr</b>
18 h 30	78	Longueur	Juvenile	H	Finale			
19 h 00	64	Hauteur	Juvenile	F	Finale			

### FIN DE LA SESSION # 3

### Dimanche 17 juillet 2016 - Session # 4

<u>HEURE</u>	<u>#</u>	<u>ÉPREUVE</u>	<u>CATÉGORIE</u>	<u>H / F</u>	<u>TOUR</u>	<u>NBRE PARTIC.</u>	<u>FIN</u>	<u>COMMENTAIRES</u>
9 h	49	800 m Marche	Benjamine	F				
	50	800 m Marche	Benjamine	H				
	51	1 500 m Marche	Cadette	F	Finale			
	52	1 500 m Marche	Cadette	H				
9 h 15	53	3 000 m Marche	Juvenile	F	Finale			
	54	3 000 m Marche	Juvenile	H				
9 h 45	9	200 m	Cadette	F	Prélim.			
9 h 57	10	200 m	Cadette	H	Prélim.			
10 h 09	11	200 m	Juvenile	F	Prélim.			
10 h 21	12	200 m	Juvenile	H	Prélim.			
10 h 35	31	3 000 m	Juvenile	F	F.s.c.			

10 h 50	$\frac{108}{110}$	<b>110 m Haies Déca</b>	$\frac{\text{Junior}}{\text{Sénior}}$	H				$\frac{39''}{42''}$
10 h 55	32	3 000 m	Juvenile	H	F.s.c.			
11 h 10	29	2 000 m	Cadette	F	F.s.c.			
11 h 21	30	2 000 m	Cadette	H	F.s.c.			
11 h 37	38	110 m Haies	Juvenile	H	Prélim.			36''
11 h 49	36	100 m Haies	Cadette	H	Prélim.			33''
12 h 01	37	100 m Haies	Juvenile	F	Prélim.			30''
12 h 12	35	80 m Haies	Cadette	F	Prélim.			30''
12 h 25	34	80 m Haies	Benjamine	H	Prélim.			30''
12 h 33	33	80 m Haies	Benjamine	F	Prélim.	12 h 38		30''
9 h	73	Longueur	Benjamine	F	Finale			
9 h	$\frac{69}{71}$	Perche	$\frac{\text{Cadette}}{\text{Juvenile}}$	F	Finale			
9 h	$\frac{101}{103}$	Marteau	$\frac{\text{Benjamine}}{\text{Cadette}}$	F	Finale			$\frac{2,0 \text{ kg}}{3,0 \text{ kg}}$
9 h	87	Poids	Juvenile	F	Juvenile			3,0 kg
10 h 15	$\frac{102}{104}$	Marteau	$\frac{\text{Benjamine}}{\text{Cadette}}$	H	Finale			$\frac{3,0 \text{ kg}}{4,0 \text{ kg}}$
10 h 45	$\frac{79}{81}$	Triple saut	$\frac{\text{Cadette}}{\text{Juvenile}}$	F	$\frac{\text{Finale}}{\text{Finale}}$			
10 h 45	$\frac{70}{72}$	Perche	$\frac{\text{Cadette}}{\text{Juvenile}}$	H	Finale			
11 h 30	$\frac{108}{110}$	<b>Disque Déca</b>	$\frac{\text{Junior}}{\text{Sénior}}$	H				$\frac{1,75 \text{ kg}}{2,0 \text{ kg}}$

#### FIN DE LA SESSION # 4

### Dimanche 17 juillet 2016 - Session # 5

<u>HEURE</u>	<u>#</u>	<u>ÉPREUVE</u>	<u>CATÉGORIE</u>	<u>H / F</u>	<u>TOUR</u>	<u>NBRE PARTIC.</u>	<u>FIN</u>	<u>COMMENTAIRES</u>
13 h 30	33	80 m Haies	Benjamine	F	Finale	8		30''
13 h 34	34	80 m Haies	Benjamine	H	Finale	8		30''
13 h 42	35	80 m Haies	Cadette	F	Finale	8		30''
13 h 50	37	100 m Haies	Juvenile	F	Finale	8		30''
13 h 58	36	100 m Haies	Cadette	H	Finale	8		33''
14 h 06	38	110 m Haies	Juvenile	H	Finale	8		36''
14 h 15	17	800 m	Benjamine	F	F.s.c.			
14 h 27	18	800 m	Benjamine	H	F.s.c.			

14 h 39	19	800 m	Cadette	F	F.s.c.		
14 h 51	20	800 m	Cadette	H	F.s.c.		
15 h 03	$\frac{107}{109}$	<b>800 m Hepta</b>	$\frac{\text{Junior}}{\text{Sénior}}$	F	Finale	_____	
15 h 09	21	800 m	Juvenile	F	F.s.c.		
15 h 21	22	800 m	Juvenile	H	F.s.c.		
15 h 35	$\frac{108}{110}$	<b>1 500 m Déca</b>	$\frac{\text{Junior}}{\text{Sénior}}$	H	Finale	_____	
15 h 44	12	200 m	Juvenile	H	Finale	8	
15 h 48	11	200 m	Juvenile	F	Finale	8	
15 h 52	10	200 m	Cadette	H	Finale	8	
15 h 56	9	200 m	Cadette	F	Finale	8	
16 h 02	8	150 m	Benjamine	H	F.s.c.		
16 h 14	7	150 m	Benjamine	F	F.s.c.		
16 h 40	41	200 m Haies	Cadette	F	F.s.c.	<b>30"</b>	
16 h 48	42	200 m Haies	Cadette	H	F.s.c.		
17 h	43	400 m Haies	Juvenile	F	F.s.c.		
17 h 15	44	400 m Haies	Juvenile	H	F.s.c.	17 h 20	<b>33"</b>
12 h 45	106	Marteau	Juvenile	H	Finale	<b>5,0 kg</b>	
13 h	$\frac{107}{109}$	<b>Longueur Hepta</b>	$\frac{\text{Junior}}{\text{Sénior}}$	F			
13 h 30	67	Hauteur	Benjamine	H	Finale		
13 h 30	$\frac{108}{110}$	<b>Perche Déca</b>	$\frac{\text{Junior}}{\text{Sénior}}$	H			
14 h	$\frac{80}{82}$	Triple saut	$\frac{\text{Cadette}}{\text{Juvenile}}$	H			
14 h	$\frac{107}{109}$	<b>Javelot Hepta</b>	$\frac{\text{Junior}}{\text{Sénior}}$	F		<b>600 gr</b>	
14 h 30	105	Marteau	Juvenile	F	Finale	<b>3,0 kg</b>	
14 h 30	$\frac{108}{110}$	<b>Javelot Déca</b>	$\frac{\text{Junior}}{\text{Sénior}}$	F		<b>800 gr</b>	
15 h 15	$\frac{95}{96}$	Javelot	Benjamine	$\frac{F}{H}$	Finale	<b>400 gr</b>	
15 h 15	$\frac{83}{84}$	Poids	Benjamine	$\frac{F}{H}$	Finale	<b>2,0 kg</b>	
15 h 15	$\frac{83}{84}$	Poids	Benjamine	$\frac{F}{H}$	Finale	<b>3,0 kg</b>	
16 h	68	Hauteur	Juvenile	H	Finale		
16 h 45	100	Javelot	Juvenile	H	Juvenile	<b>700 gr</b>	

Note importante :

Il se pourrait suite aux inscriptions qu'il y ait des modifications de session pour certaines épreuves.

**FORMULAIRE D'INSCRIPTION / ENTRY FORM**  
**CHAMPIONNAT PROVINCIAL EN PLEIN AIR 2016**  
**Catégories Benjamin – Cadet - juvénile et Ep. Comb. Jun-Sen**  
**16-17 juillet 2016**

**Athlètes Hors-Québec**  
**et**  
**Inscriptions tardives**  
**(dimanche 10 juillet 2016 / 12 h)**

(REPLIR UN FORMULAIRE PAR CATÉGORIE)  
(FILL ONE ENTRY FORM PER CATEGORY)

Date : \_\_\_\_\_ Catégorie : \_\_\_\_\_ SEXE : M ( ) F ( )  
Category : \_\_\_\_\_

Nom du Club : \_\_\_\_\_ Abrév. : \_\_\_\_\_  
Club's Name: \_\_\_\_\_

Responsable : \_\_\_\_\_  
Coach : \_\_\_\_\_

DOSSARD (F.Q.A.)	Nom/Name	Prénom/Surname	Année de naissance / Year of birth	Épreuve/Event	Performance	Coût/Cost

Faire parvenir à Sylvain Cloutier  
Championnats provinciaux en Plein Air 2016  
Courriel : [sylvain.cloutier@sas.ulaval.ca](mailto:sylvain.cloutier@sas.ulaval.ca)