



AGGLOMÉRATION
LONGUEUIL
2014



PROCESSUS D'IDENTIFICATION DES ATHLÈTES CADETS ET JUVÉNILES

**qui se verront offrir une place sur la délégation
des Jeux du Québec en athlétisme
pour la région Centre-du-Québec en vue des**

JEUX D'ÉTÉ DE LONGUEUIL 2014



CENTRE-DU-QUÉBEC

1. Règles et principes

1.1 Comment la délégation sera créée ?

Principes :

- Nous voulons nous assurer que les athlètes représentant notre région lors des Jeux du Québec arrivent à la finale provinciale avec un minimum d'entraînement spécifique et d'expérience de l'athlétisme de niveau provincial.
- En ce sens (point précédent), nous allons **d'abord présélectionner** les athlètes susceptibles de bien nous représenter aux Jeux du Québec pour **ensuite sélectionner**, dans la première semaine de juillet, les athlètes qui représenteront effectivement notre région. Ceux qui seront retenus seront ceux et celles ayant répondu le plus favorablement au processus de sélection (voir section 1.2 ci-dessous).
- Sélectionner de façon prioritaire les athlètes ayant de fortes chances de médailles lors des Jeux. Autrement dit, sélectionner en priorité les athlètes ayant prouvé, dans les 6 mois précédents la finale régionale (saison intérieure civile et/ou intérieure/extérieure scolaire), qu'ils figurent parmi le top 5 de leur catégorie civile et/ou scolaire au Québec.
- Favoriser les athlètes aptes à performer sur plus d'une épreuve en athlétisme. Par exemple, un ou une athlète qui pourrait terminer douzième de deux ou trois épreuves sera choisi avant un ou une athlète qui pourrait théoriquement se classer en sixième position, mais sur une seule épreuve.

1.2. Comment se classer pour les Jeux du Québec 2014 ?

Dans les jours suivants la finale régionale, le responsable de délégation, au besoin en discussion avec les intervenants concernés, présélectionnera un minimum de 30 et un maximum de 35 athlètes parmi ceux ayant indiqué leur intention de participer aux Jeux du Québec lors de la finale régionale. Les athlètes présélectionnés le seront en fonction des indications données dans le tableau de la page suivante. Ensuite, sur la base des preuves de forme, du respect des exigences d'entraînement, et des forces à combler dans la délégation, les 30 athlètes qui représenteront notre région lors des Jeux du Québec seront officiellement sélectionnés avant la rencontre régionale pré-départ qui aura lieu le dimanche 13 juillet 2014.

Les athlètes présélectionnés après la finale régionale seront informés des épreuves qu'ils pourraient être susceptibles de faire lors des Jeux du Québec. Ainsi, ils auront près de deux mois pour s'entraîner et gagner de l'expérience sur ces épreuves.

Un accompagnateur de la délégation centricoise en athlétisme contactera directement, par téléphone, tous les athlètes présélectionnés pour valider leur intention de participer aux Jeux advenant une sélection officielle et voir à ce qu'ils comprennent le processus de sélection (preuve de forme et exigence d'entraînement).

Suite à la présélection, les athlètes et leurs parents devront répondre à l'exigence d'officialiser le processus de présélection en payant le coût d'inscription pour participer aux Jeux-du-Québec qui est de 220\$ ou de 240\$ (20\$ est le coût d'affiliation temporaire pour les Jeux-du-Québec devant être remis à la FQA si l'athlète n'est pas déjà affilié pour l'année 2014) et qui inclut les frais de transport,

l'hébergement, de repas & collations ainsi que des vêtements officiels de la délégation pendant la période où nous serons présents aux Jeux-du-Québec du 01 au 05 août 2014 (Bloc 1).

Processus de présélection et de sélection en vue des Jeux du Québec

Modes de présélection	Performance	Durant régional civil	Preuve de forme	Exigence d'entraînement	Remarques
Mode par standard avant le régional civil	Être présélectionné <i>avant</i> le régional civil en réalisant un standard A de performance (voir la section 2.2) dans une compétition d'athlétisme civil sanctionnée durant l'hiver 2013, ou dans une compétition scolaire intérieure ou extérieure recourant à un système de photofinish pour les courses et de pesée pour les engins.	Participer à un minimum d'une épreuve lors du régional civil.	Faire le standard de la principale épreuve pour laquelle l'athlète a été présélectionné en vue des Jeux, et ce, dans une compétition d'athlétisme de statut provincial tenue entre le 2 juin et le 2 juillet inclusivement (voir la section 1.3)	Présenter à l'entraîneur-chef de la délégation, avant la fin juin, un plan d'entraînement personnel visant à arriver en forme aux Jeux du Québec. Ce plan devra avoir été réalisé par un entraîneur crédible (et non l'athlète lui-même ou un simple parent)	L'athlète qui se classe par standard sans remporter la finale régionale de l'épreuve de présélection devra prouver, par sa preuve de forme, qu'il est meilleur que tous les athlètes (sauf un) ayant pu être présélectionnés sur cette épreuve.
Mode par performance au régional civil	S'illustrer lors du régional civil.	Terminer dans le top 3 de plusieurs épreuves; dans le top 2 de deux épreuves; dans le top 1 d'une seule épreuve mais suite à une performance particulière et en ayant la capacité d'envisager 2 épreuves aux Jeux.	Participer à une compétition d'athlétisme de statut provincial tenue entre le 2 juin et le 2 juillet inclusivement (voir la section 1.3)	ou S'engager à suivre le plan général d'entraînement donné par son responsable des Jeux et participer à un minimum de 4 entraînements préparatoires (voir annexe B)	Ne pas être devancé au niveau des performances par un ou une athlète ayant été présélectionné sur la même épreuve à partir d'un des modes de sélection par standards (de présélection ou provincial) entre le 2 juin et le 2 juillet inclusivement.

1.3 Qu'est-ce que la preuve de forme ? Pourquoi celle-ci ?

La finale régionale est tenue tôt dans l'année (début juin) afin de permettre aux athlètes qui représenteront la région de se préparer adéquatement pour les Jeux. Or, comme l'objectif demeure d'amener aux Jeux du Québec les meilleurs athlètes aptes à représenter la région Centre-du-Québec, chacun de ceux qui sont présélectionnés après la finale régionale devront montrer, pendant l'été, qu'ils sont dans une condition physique égale ou supérieure à celle affichée lors de la finale régionale.

De plus, l'exigence d'une preuve de forme réalisée dans une compétition officielle d'athlétisme assure la région d'envoyer aux Jeux du Québec des athlètes qui ont montré un intérêt suffisant envers l'athlétisme pour s'être entraînés avec application après leur sélection tout en ayant témoigné de leur motivation suffisante à gagner de l'expérience.

Enfin, nous n'avons droit qu'à 30 athlètes dans la délégation, alors il importe que la plupart des athlètes qui seront sélectionnés soient capables d'atteindre minimalement un standard de performance correspondant à ceux de la FAQ année 2012 (qui sont présentés en annexe A). Le but du standard de performance est aussi de permettre une sélection juste et équitable et de faire plus facilement le tri entre les différents athlètes désirant représenter la région dans chacune des épreuves.

Liste de compétitions dans les lesquelles une preuve de forme peut être réalisée

Date	Compétition	Lieu	Épreuves au programme	Coût	Remarques
4 juin 2014	Crépuscule Sherbrooke I	Stade extérieur d'athlétisme de l'Université de Sherbrooke	Quelques épreuves de chaque groupe d'épreuves	15\$/épreuve	Affiliation d'un jour de 10\$ requise pour les athlètes non-membre d'un club civil. Inscription sur place à partir de 17H00.
6-8 juin 2014	Championnat provincial scolaire d'athlétisme été 2014	Saguenay	Programme complet	Déterminé par le RSEQ de chaque région scolaire	Doit obligatoirement avoir été sélectionné par le RSEQ de sa région scolaire lors du régional scolaire pour participer
14-15 juin 2014	Ian Hume Invitation	Stade extérieur d'athlétisme de l'Université de Sherbrooke	Programme complet	10\$/épreuve pour les benjamins-cadets-juvéniles 30\$/épreuves combinées	Athlètes déjà affiliés à la FQA seulement Demander à dpotechfi@videotron.ca de vous inscrire au plus tard le vendredi 6 juin avant midi
21 juin 2014	Championnat provincial épreuves combinées Benjamin-Cadet	Nouveau stade Richard-Garneau de Ste-Thérèse	Épreuves combinées	Forfait à 15\$ pour toutes les épreuves	Athlètes déjà affiliés à la FQA seulement Demander à dpotechfi@videotron.ca de vous inscrire au plus tard le vendredi 13 juin avant midi
21 juin 2014	Classique d'athlétisme des Laurentides	Nouveau stade Richard-Garneau de Ste-Thérèse	Quelques épreuves de chaque groupe d'épreuves	15\$/épreuve ou 30\$ pour 3 épreuves pour les benjamins-cadets-juvéniles	Athlètes déjà affiliés à la FQA seulement Demander à dpotechfi@videotron.ca de vous inscrire au plus tard le vendredi 13 juin avant midi
02 juillet 2014	Crépuscule Corsaire-Chaparral 2	Nouveau stade Richard-Garneau de Ste-Thérèse	Quelques épreuves de chaque groupe d'épreuves	10\$/épreuve	Athlètes déjà affiliés à la FQA seulement Demander à dpotechfi@videotron.ca de vous inscrire au plus tard le vendredi 13 juin avant midi

Voir le calendrier sur www.athletisme.qc.ca pour plus de détails

L'affiliation à la FQA pour l'année civile 2014 peut être demandée au Club d'Athlétisme Les Kalenjins ou au Club d'Athlétisme de Drummondville au coût de 45\$ (cadet) ou 55\$ (juvénile) et réduit les frais de participation aux Jeux du Québec de 20\$.

1.4 Exigence d'entraînement

Les athlètes présélectionnés au début du mois de juin devront s'entraîner spécifiquement en vue de leur participation aux Jeux du Québec. En ce sens, ils devront, au plus tôt et avant la fin du mois de juin, soumettre un plan d'entraînement réalisé par un entraîneur crédible en athlétisme (coach certifié ou aux compétences évidentes approuvé par le responsable de délégation) et s'engager à suivre celui-ci durant l'été.

Ceux qui ne présenteront pas un tel plan au responsable de délégation pour l'athlétisme du Centre-du-Québec devront s'engager à suivre le programme général d'entraînement d'athlétisme (selon le groupe d'épreuves) fourni par son responsable d'épreuves de l'athlétisme pour les Jeux.

Les athlètes qui suivront le plan d'entraînement général conçu pour les Jeux du Québec seront, de plus, dans l'obligation de participer à 4 entraînements préparatoires pour les Jeux du Québec. Ces entraînements auront possiblement lieu les dimanches matin de 9h00 à 11h00 à St-Léonard d'Aston (École Secondaire La Découverte), à la piste d'athlétisme extérieure de Drummondville (jour et heure à déterminer) et/ou au Collège Clarétain (jour et heure à déterminer). Un message vous sera envoyé pour vous informer précisément de l'endroit et des dates où vous serez tenus de vous présenter lors de l'annonce officielle de la présélection.

2. Présélection par standards avant la finale régionale

Aucun athlète ne peut être sélectionné pour les Jeux du Québec sans avoir participé à la finale régionale. Par contre, certains peuvent favoriser leur sélection avant même la finale régionale en réalisant des standards A de présélection (voir section 2.2).

Malgré une surveillance rigoureuse des résultats aux diverses compétitions d'athlétisme d'une part et, d'autre part, compte-tenu de la multiplicité des standards, compétitions et épreuves, chaque athlète sera tenu responsable d'informer le responsable de la délégation centricoise des Jeux du Québec de l'atteinte d'un standard A. Cela pourra être fait en tout temps en écrivant à l'adresse suivante : dptechfi@videotron.ca

Aucune performance réalisée en entraînement ne sera retenue pour les standards. Les performances devront avoir été mesurées dans un contexte officiel de compétition incluant l'utilisation d'un photofinish pour les épreuves de pistes et d'officiels mineurs certifiés dans le cas des épreuves de pelouse.

Toute information concernant l'atteinte supposée d'un standard de performance sera vérifiée par le responsable de la délégation des Jeux. Ce n'est qu'après la confirmation officielle de la réalisation d'une performance rencontrant un standard que l'athlète sera présélectionné avant la finale régionale. Notez que la présélection ne garantit en rien la sélection (voir tableau ci-haut à propos des conditions de sélection).

Entraîneurs, parents et autres responsables des sports sont invités à informer rapidement le responsable de la délégation des performances réalisées par leurs athlètes qui rencontreraient les standards.

En aucune façon les responsables de la délégation du Centre-du-Québec pour les Jeux ne pourront être tenus responsables de la non-considération d'une performance non-communiquée au responsable de délégation avant la finale régionale.

2.1. Exigences reliées à une présélection par standards

En plus de prendre part à la finale régionale, les athlètes présélectionnés par standards devront se soumettre, comme tous les autres, à la nécessité de présenter une preuve de forme entre le 2 juin et le 2 juillet 2012 pour être sélectionnés afin de participer aux Jeux du Québec.

Ils devront aussi se plier à l'exigence d'entraînement.

2.2 Standards « A » de présélection automatique (saison intérieure civile ou intérieure/extérieure scolaire)

Piste cadette fille	60m	200m	300m	400m	600m	800m	1000m	1200m	1500m	2000m
	8.35	28.20	46.35	1 :04	1 :48	2 :33	3 :11	4 :06	5 :16	7 :24

Piste cadet garçon	60m	200m	300m	400m	600m	800m	1000m	1200m	1500m	2000m
	7.60	25.20	42.15	57.85	1 :32	2 :14	2 :54	3 :34	4 :34	6 :29

Piste Juvénile fille	60m	200m	300m	400m	600m	800m	1000m	1500m	3000m
	8.25	27.55	45.00	1 :03	1 :46	2 :26	3 :07	5 :07	11 :12

Piste Juvénile homme	60m	200m	300m	400m	600m	800m	1000m	1500m	3000m
	7.35	24.25	39.70	56.30	1 :27	2 :06	2 :46	4 :23	9 :42

Cadettes fille Haies et marche	60H 30'	1500M
	10.35	8 :45

Cadets hommes Haies et marche	60H 33'	1500M
	10.05	8 :20

Juvénile filles Haies et marche	60H 30'	1500M	3000M
	10.05	8 :25	18 :15

Juvénile hommes Haies et marche	60H 36'	1500M	3000M
	9.45	8 :05	16 :45

Cadets hommes Pelouse ¹	Longueur	Hauteur	Triple	Poids 4kg	Disque 1kg	Marteau 4kg	Perche
	5.50	1.65	11.00	12.50	35.90	36.00	Les athlètes possédant une expérience significative de perche seront automatiquement sélectionnés.

Cadettes filles Pelouse ¹	Longueur	Hauteur	Triple	Poids 3kg	Disque 600g	Marteau 3kg	Perche
	4.65	1.45	9.30	9.80	25.00	29.00	Les athlètes possédant une expérience significative de perche seront automatiquement présélectionnés.

Juvéniles Femmes Pelouse ¹	Longueur	Hauteur	Triple	Poids 3kg	Disque 1kg	Marteau 3kg	Perche
	4.85	1.50	10.05	10.90	34.00	33.00	Les athlètes possédant une expérience significative de perche seront automatiquement sélectionnés.

Juvéniles Hommes Pelouse ¹	Longueur	Hauteur	Triple	Poids 5kg	Disque 1.5 kg	Marteau 5kg	Perche
	6.00	1.70	11.60	12.90	35.85	38.00	Les athlètes possédant une expérience significative de perche seront automatiquement sélectionnés.

2.3 Présélection par performances au régional civil

Les athlètes pourront être présélectionnés lors de la finale régionale en se démarquant de leurs pairs de la même catégorie présents à la compétition de présélection officielle. Les athlètes présélectionnés seront ceux : terminant dans le top 3 d'une multitude d'épreuves; ceux terminant dans le top 2 d'une épreuve pourront être présélectionnés; ou ceux terminant premier d'une épreuve avec une performance particulière tout en témoignant de la possibilité de performer sur une seconde épreuve à la finale provinciale.

Les athlètes présélectionnés de cette façon le seront en majeure partie en comparaison des autres athlètes s'étant démarqués durant le régional civil. Un savant système informatique de calcul des points anticipés par athlètes lors des Jeux du Québec sert de guide dans la sélection des athlètes.

Les athlètes présélectionnés par performances lors du régional civil devront se soumettre à l'exigence d'entraînement et de preuve de forme en plus de ne pas être devancés, entre le 02 juin et 2 juillet, par des athlètes présélectionnés par standards.

3. Annonce de la délégation finale des Jeux du Québec

Les athlètes seront avisés en cours d'été de leur sélection officielle. Dans tous les cas, les athlètes présélectionnés retenus et non retenus (s'il y a lieu) seront tous avisés par courriel le 2 juillet 2014. Puis, une annonce officielle sera faite lors de l'entraînement préparatoire du 6 juillet où tous les athlètes devront avoir en main leur chèque et formulaire d'inscription pour les Jeux dûment rempli (si cela n'a pas déjà été donné¹). Ces

¹ Dès leur présélection, les athlètes seront invités à remplir les formulaires et donner le chèque d'inscription pour les Jeux du Québec. Les chèques d'inscription des athlètes non sélectionnés ne seront pas encaissés.

athlètes seront d'ailleurs regroupés à nouveau en soirée pour la rencontre pré-départ de Loisir Sport Centre-du-Québec.

Annexe A

Standards provinciaux de sélection pour les Jeux du Québec

Différents et moins ardues que les standards de présélection régionaux du Centre-du-Québec, la Fédération Québécoise du Québec (FAQ) précise les standards ci-dessous. Il n'est pas possible d'avoir une délégation contenant plus de 20 athlètes sans ces standards. Ensuite, il est impossible de faire participer aux Jeux du Québec deux athlètes dans une épreuve si ceux-ci n'ont pas tous deux réalisés un standard FAQ. Cela augmente la nécessité, pour les athlètes présélectionnés, de réaliser un standard dans une compétition officielle après le championnat régional.

STANDARDS JEUX DU QUÉBEC 2012				
Filles			Garçons	
Cadettes	Juveniles	Épreuves	Cadettes	Juveniles
00:15.11	00:15.11	100	00:13.91	00:12.91
00:30.67	00:30.54	200	00:27.72	00:26.57
00:51.20		300	00:47.03	
01:11.16		400	01:00.62	
02:55.37	02:57.07	800	02:35.34	02:28.86
04:33.91		1200	03:59.31	
06:01.90		1500	05:17.38	
08:19.87		2000	07:05.89	
13:14.02		3000	10:44.86	
10:53.61	10:44.92	1500 marche	10:11.01	
		3000 marche	22:15.98	
00:17.26		80H		
00:21.05		100H	00:19.35	
		110H	00:20.12	
Pas standard		200H	Pas standard	
00:57.72		300H	00:49.63	
Pas standard		Steeplechase	Pas standard	
1.17	1.25	Hauteur	1.40	1.53
1.80		Perche	2.33	
3.14	3.80	Longueur	4.06	4.29
8.31		Triple	9.49	
15.83	18.36	Javelot	22.64	25.85
6.87	7.74	Poids	9.36	14.90
15.88	15.71	Disque	18.12	17.24
17.17		Marteau	20.44	
Pas standard	Pas standard	ÉC	Pas standard	Pas standard