



COUPE SKINOUK

23 janvier 2016

Relais plein air du parc de la Gatineau



AVIS DE COMPÉTITION





A. INFORMATIONS GÉNÉRALES

SANCTION

L'événement est sanctionné par Ski de fond Québec (SFQ).

CONTEXTE TECHNIQUE

Cet événement est basé sur les textes suivants qui sont disponibles sur les sites Web appropriés :

- [NCD Race Series Technical Package 2014](#)
- [Normes d'opération des Jeux du Québec](#) – ski de fond
- Règlementation spécifique ski de fond – sport scolaire
- [Modèle de compétition de Ski de fond Canada](#)

ENJEUX

Les enjeux sont les suivants :

- Manche du circuit du District de la capitale nationale
- Finale régionale des Jeux du Québec
- Championnat régional scolaire RSEQ-Outaouais

COMITÉ DE COURSE

Le comité de course est formé de :

Poste	Nom
Chef de compétition	Pierre Millette
Chef, co-chef de parcours	Jérôme Poulin / Philippe Daoust
Chef, co-chef de stade	Richard Turgeon / Jacques Montclam
Secrétaire de compétition/Registraire	Hélène Marois
Chef de chronométrage et des résultats/ Opérateur Zone4	Frédéric Forge
Chef du contrôle et de la sécurité	Joëlle Clermont
Chef des officiels	

RENSEIGNEMENTS

Pour plus de renseignements, veuillez communiquer avec le chef de compétition à vpevenements@gmail.com.



B. PROGRAMMATION ET INSCRIPTION

FORMAT DES ÉPREUVES

Circuit DCN

Catégorie (Âge au 31 décembre 2015)	Départ de masse	Technique classique	Skiathlon
Atome (5)-6-7-8 (2010)-2009-2008-2007	F	1,5 km	
Atome (5)-6-7-8 (2010)-2009-2008-2007	M	1,5 km	
Pee-wee (8)-9-10-11 (2007)-2006-2005-2004	F	3,75 km	
Pee-wee 9-10-11-12 2006-2005-2004-2003	M	3,75 km	
Midget (11)-12-13 (2004)-2003-2002	F		7,5 km (3,75+3,75)
Midget (12)-13-14 (2003)-2002-2001	M		7,5 km (3,75+3,75)
Juvenile (13)-14-15 (2002)-2001-2000	F		10 km (5+5)
Juvenile (14)-15 (2001)-2000	M		10 km (5+5)
Junior B (15)-16-17 (2000)-1999-1998	F		20 km (2X5+2X5)
Junior B 16-17 1999-1998	M		20 km (2X5+2X5)
Junior A* 18-19 1997-1996	F		20 km (2X5+2X5)
Junior A* 18-19 1997-1996	M		20 km (2X5+2X5)
Sénior* 20-30 1995-1985	F		20 km (2X5+2X5)
Sénior* 20-30 1995-1985	M		20 km (2X5+2X5)
Maître* 31 et plus 1984 et avant	F		20 km (2X5+2X5)
Maître* 31 et plus 1984 et avant	M		20 km (2X5+2X5)



*Les coureurs de ces catégories seront regroupés dans la catégorie ouverte pour les besoins de la course

Finale régionale des Jeux du Québec

Catégorie (Âge au 31 décembre 2015)		Départ de masse Technique classique	Skiathlon
Atome (5)-6-7-8 (2010)-2009-2008-2007	F	1,5 km	
Atome (5)-6-7-8 (2010)-2009-2008-2007	M	1,5 km	
Peewee (8)-9-10-11 (2007)-2006-2005-2004	F	3,75 km	
Peewee 9-10-11-12 2006-2005-2004-2003	M	3,75 km	
Midget (11)-12-13 (2004)-2003-2002	F		7,5 km (3,75+3,75)
Midget (12)-13-14 92003)-2002-2001	M		7,5 km (3,75+3,75)
Juvenile (13)-14-15 (2002)-2001-2000	F		10 km (5+5)
Juvenile (14)-15 (2001)-2000	M		10 km (5+5)



Championnat régional scolaire

Catégorie (Âge au 31 décembre 2015)		Départ de masse Technique classique	Skiathlon
Moustique (5)-6-7-8 (2010)-2009-2008-2007	F	1,5 km	
Moustique (50)-6-7-8 (2010)-2009-2008-2007	M	1,5 km	
Colibri (8)-9-10-11 (2007)-2006-2005-2004	F	3,75 km	
Colibri 9-10-11-12 2006-2005-2004-2003	M	3,75 km	
Benjamin (11)-12-13 (2004)-2003-2002	F		7,5 km (3,75+3,75)
Benjamin (12)-13-14 (2003)-2002-2001	M		7,5 km (3,75+3,75)
Cadet (13)-14-15 (2002)-2001-2000	F		10 km (5+5)
Cadet (14)-15 (2001)-2000	M		10 km (5+5)
Juvenile (15)-16-17 (2000)-1999-1998	F		20 km (2X5+2X5)
Juvenile 16-17 1999-1998	M		20 km (2X5+2X5)

CRITÈRES D'ADMISSIBILITÉ ET CLASSEMENT PRÉFÉRENTIEL

La compétition est ouverte à tous.

Les skieurs résidant au Québec doivent posséder la licence de SFQ ou se procurer une licence de jour SFQ disponible en ligne avec l'inscription.

Les skieurs d'âge junior et moins résidant en Ontario qui sont membres d'un programme de compétition d'un club reconnu à Cross Country Ontario et Ski de fond Canada (SFC) ne sont pas tenus de se procurer une licence.



Tous les autres skieurs de l'Ontario doivent posséder une licence de SFC ou se procurer une licence de jour SFC disponible en ligne avec l'inscription. Les participants qui ne se seront pas procuré de licence de jour en ligne devront l'acheter sur place et signer le formulaire de renonciation pour obtenir leur dossard.

Seuls les skieurs possédant une adresse permanente au Québec et dans la région 07 de l'Outaouais (le bulletin scolaire du skieur tranchera tout litige quant à l'admissibilité) seront admissibles au classement de la Finale régionale des Jeux du Québec.

Pour être admissible au classement du Championnat régional scolaire RSEQ Outaouais, il faut cocher la case Championnat régional et indiquer son école d'appartenance.

Les surclassements sont autorisés lors de l'inscription en ligne seulement à condition que la distance couverte par la catégorie choisie ne soit pas supérieure à la limite admise pour la catégorie par le modèle de développement révisé. L'athlète qui se surclasse devra alors cocher l'année de naissance minimum de la catégorie choisie.

Pour les années de naissance qui chevauchent deux catégories, il revient à l'entraîneur ou aux parents de choisir la catégorie qui convient le mieux au développement de l'athlète.

TIRAGE AU SORT

Les places seront attribuées, pour le départ de masse, par tirage au sort aléatoire double sur Zone 4 pour les catégories atome et pee-wee. Les points canadiens seront utilisés pour déterminer l'ordre des départs des catégories midget à ouvert. Les skieurs de ces catégories sans points canadiens et avec licence annuelle SFC verront leur ordre de départ tiré au hasard dans un même groupe et partiront à l'arrière. Les skieurs sans points canadiens et sans licence annuelle verront leur ordre de départ tiré au hasard dans un même groupe et partiront à l'arrière des skieurs avec licence mais sans points.

Aucune modification à l'ordre de départ ne sera possible.

Le tirage au sort aura lieu le 22 janvier 2016 sur Zone 4. Les listes de départ seront affichées sur le [site Web](#) le 22 janvier 2016.

INSCRIPTIONS

Seules les inscriptions en ligne à <http://www.zone4.ca/> seront acceptées.

La date limite d'inscription est le 20 janvier 2016 à 23 h 59.

Les coûts d'inscription sont de 13 \$ pour les catégories atome et pee-wee (une course classique) et de 18 \$ pour les catégories midget à ouvert (skiathlon).

Les frais d'inscription sont payables en ligne.



Si l'organisation doit annuler l'épreuve pour des raisons en dehors de son contrôle, les compétiteurs ne seront pas remboursés.

Si la personne inscrite retire son inscription au plus tard le 16 janvier 2016, l'organisation lui remboursera ses frais d'inscription sauf une somme de 5 \$ représentant les frais d'administration. Après cette date, elle ne sera pas remboursée.

La liste des inscrits sera affichée sur zone4.ca. Il est recommandé de vérifier la liste afin qu'il n'y ait aucune incongruité, auquel cas vous êtes priés de communiquer avec les organisateurs au plus tard le 22 janvier 2016 à 18 h

REMISE DES DOSSARDS

Les dossards seront remis au Relais plein air du parc de la Gatineau (RPAPG) de 7 h 30 à 8 h 30.

Le club dont le compétiteur ne remettra pas son dossard à la fin de la course devra déboursier des frais de 30 \$ pour le remplacement de celui-ci.

PRIX

Les prix seront remis au RPAPG, 20 minutes après la publication des résultats officiels de la catégorie. Les prix sont les suivants :

- Médailles de la Coupe Skinouk aux trois premiers des groupes d'âge des catégories atome à junior B.
- Médailles de la Coupe Skinouk aux trois premiers des catégories junior A, sénior et maître
- Médailles de la Finale régionale des Jeux du Québec aux trois premiers québécois des catégories atome à juvénile
- Médailles du RSEQ aux trois premiers du Championnat régional scolaire dans les catégories colibri à juvénile.
- Bannière du Championnat scolaire pour les catégories moustique à juvénile, féminin et masculin, le rang d'arrivée des trois premiers coureurs de chaque école de chaque catégorie est pris en compte.



C. INFRASTRUCTURE, COORDONNÉES ET SERVICES

ACCÈS





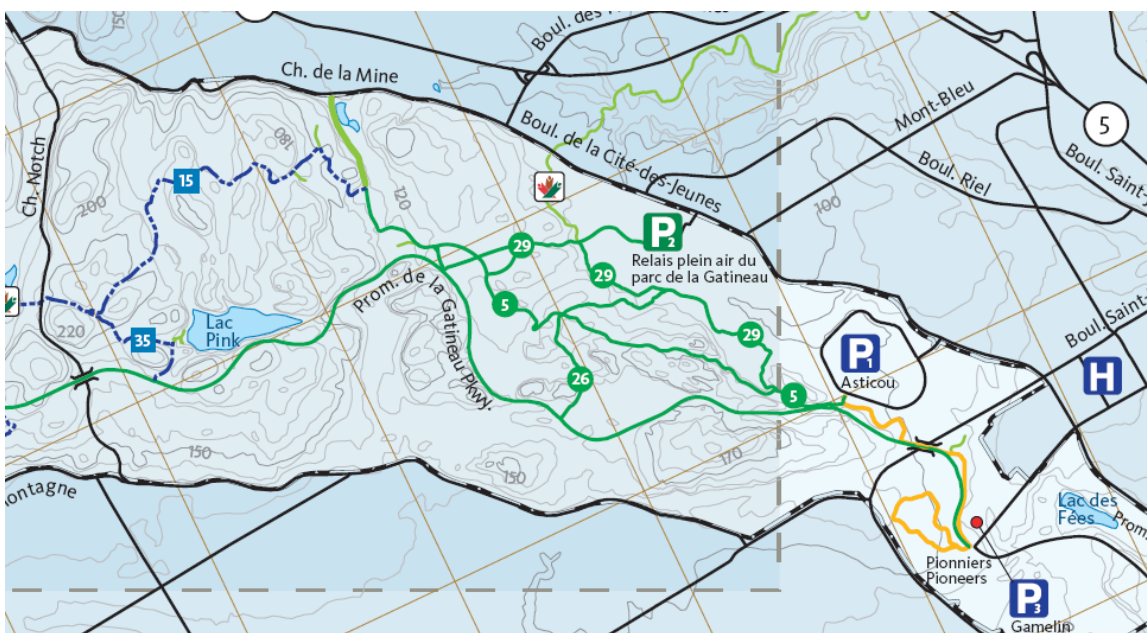
STADE

Le plan du stade sera disponible une semaine avant la course dans skinouk.ca.



PARCOURS

Les plans des parcours seront disponibles une semaine avant la course dans skinouk.ca.





CONDITION DES PISTES

Pour connaître les conditions des pistes mises à jour, veuillez consulter le [site du parc de la Gatineau](#).

CONDITIONS MÉTÉOROLOGIQUES

Pour connaître les conditions météorologiques locales les plus récentes, veuillez consulter le site Web [d'Environnement Canada](#).

SECRÉTARIAT

Le secrétariat sera situé dans le bureau du rez-de-chaussée du RPAPG et il sera ouvert de 7 h à 17 h.

TABLEAU D’AFFICHAGE

Le tableau d’affichage sera installé à l’extérieur du RPAPG

FARTAGE

Il y a un espace limité dans le RPAPG.

Les courses du Championnat du DCN sont sans fluor (NF) ou à faible teneur en fluor (LF). Cela signifie qu’il est attendu des participants qu’ils n’utiliseront pas les produits suivants pour préparer leurs skis :

- Les farts avec concentration haute (HF) ou moyenne (MF), y compris les poudres, les rondelles, les blocs ou les liquides HF ou MF
- Les additifs pour temps froid en poudre et les durcisseurs.

Le respect de cette directive est autogéré et est la responsabilité des entraîneurs, des parents et des techniciens de fartage.

RAFRAÎCHISSEMENTS

Des jus de fruits, eau, orange et biscuits seront servis à l’arrivée.

PREMIERS SOINS

Les premiers soins seront structurés de la façon suivante

- Patrouilleurs du parc de la Gatineau sur les sentiers pendant les courses
- Secouristes de Demsis avec motoneige et traineau près du plateau
- Secouristes de l’Ambulance St-Jean au plateau et dans leur véhicule.

ALIMENTATION

Il y aura un casse-croûte payant au RPAPG, une campagne de financement pour athlètes du club Skinouk, encouragez-les!



STATIONNEMENT

Il y a plusieurs espaces gratuits autour du RPAPG.

MESURES DE CONTINGENCE

Tous les renseignements à l'égard du changement de site ou de date si nécessaire seront annoncés le 16 janvier 2016 sur skinouk.ca