

SPORT. ÉDUCATION. FIERTÉ.

**RSEQ**

LAC-SAINT-LOUIS

# ATHLÉTISME EXTÉRIEUR

## DOCUMENT TECHNIQUE 2011-2012

*Révisée le 15 juin 2011*

## TABLE DES MATIÈRES

1. Catégories d'âge .....	3
2. Surclassement .....	3
3. Composition de la délégation .....	3
4. Classement .....	3
5. Récompenses .....	4
6. Épreuves .....	4
7. Règlements spécifiques .....	5
8. Règlements .....	5
9. Officiels .....	6



## 1. CATÉGORIES D'ÂGE

Benjamin	1999-2000
Cadet	1997-1998
Juvenile	1993** - 1994-1995-1996

Seuls les élèves nés à partir du 1<sup>er</sup> juillet 1993 seront admissibles

## 2. SURCLASSEMENT

- 2.1 Le surclassement simple est permis dans toutes les catégories.
- 2.2 L'élève devra toutefois, pour chacune de ses épreuves individuelles, participer uniquement dans la catégorie où il est surclassé.
- 2.3 Pour les relais, le surclassement simple est permis sans obligation d'être surclassé dans les épreuves individuelles.
- 2.4 Pour les épreuves individuelles, l'athlète qui se qualifie pour le championnat scolaire provincial devra participer dans cette même catégorie.

## 3. COMPOSITION DE LA DÉLÉGATION

- 3.1 Chaque école peut inscrire un maximum de trois (3) athlètes par épreuve.
- 3.2 Chaque athlète peut participer à un maximum de trois (3) épreuves individuelles (incluant l'épreuve des haies) + un (1) relais, soit :

Option	Piste	Pelouse	Relais
# 1	2	1	1
# 2	1	2	1

- 3.3 Pour les **relais**, chaque école peut inscrire une (1) seule équipe pour chacune des catégories (maximum de 8 équipes par école).
- 3.4 Un athlète peut prendre part qu'à UN (1) SEUL RELAIS.
- 3.5 L'inscription des équipes de relais doit se faire sur le site d'inscription en ligne en même temps que l'inscription aux épreuves individuelles.  
 Il n'est toutefois pas nécessaire d'annoncer tout de suite la composition de vos équipes : l'identité de vos coureurs ainsi que l'ordre dans lequel ils courront devront être confirmés le jour de la compétition, une (1) heure avant le début de l'épreuve
- 3.6 Passé la période de modification, aucune modification aux épreuves de pistes ne sera acceptée.
- 3.7 Passé la période de modification, un maximum de cinq (5) modifications ou substitutions aux épreuves de pelouse seront acceptées.

## 4. CLASSEMENT

- 4.1 Le classement des écoles dans chaque catégorie sera déterminé par la somme des points obtenus par les huit (8) premiers participants de chaque épreuve.
- 4.2 Pour chaque épreuve, les points seront attribués selon le barème suivant :

Position	1	2	3	5	5	6	7	8
Points	9	7	6	5	4	3	2	1

- 4.3 Ce barème de points s'applique aux épreuves individuelles ainsi qu'aux épreuves de relais

## 5. RÉCOMPENSES

- 5.1 Médailles d'or, d'argent et de bronze remises aux trois (3) premiers concurrents de chaque épreuve.
- 5.2 Pour chacune des catégories, une bannière *champions* ou *championnes* sera remise à l'école ayant cumulé le plus grand nombre de points au total des épreuves.

## 6. ÉPREUVES

Catégorie →	BF	BM	CF	CM	JF	JM
<b>PISTE</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>10</b>
80 m	X	X				
100 m			X	X	X	X
150 m	X	X				
200 m			X	X	X	X
400 m					X	X
800 m	X	X	X	X	X	X
1200 m	X	X	X	X		
1500 m					X	X
2000 m			X	X		
3000 m					X	X
80 m haies	30 po*	30 po	30 po			
100 m haies				33 po	30 po	
110 m haies						36 po
Relais 4 x 100m	X	X	X	X	X	X
Relais 4 x 400m					X	X

Catégorie →	BF	BM	CF	CM	JF	JM
<b>PELOUSE</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>
Saut en hauteur	X	X	X	X	X	X
Saut en longueur	X	X	X	X	X	X
Triple saut			X	X	X	X
Lancer du poids	3 kg	3 kg	3 kg	4 kg	4 kg	5 kg
Disque	750 gr	750 gr	1 kg	1 kg	1 kg	1,5 kg
Javelot	400 gr	400 gr	600 gr*	600 gr	600 gr	700 gr

## 7. RÈGLEMENTS SPÉCIFIQUES

- 7.1 L'accès à la piste ainsi qu'aux plateaux de saut et lancer sera restreint aux compétiteurs de l'épreuve lorsqu'ils ne seront pas en compétition, les élèves devront demeurer à l'extérieur de la clôture.
- 7.2 Épreuves de **pelouse** : les athlètes doivent se présenter directement à leur épreuve, au moins 15 minutes à l'avance.
- 7.3 Épreuves de **piste** : l'annonceur procédera à deux appels : le premier 30 minutes avant l'heure prévue, et le deuxième et dernier appel 15 minutes avant l'heure prévue de l'épreuve. Les athlètes devront se rendre à la chambre d'appel où un officiel majeur prendra les présences.
- 7.4 80 mètres et 100 mètres sprint : les six (6) meilleurs temps accèdent à la finale.
- 7.5 150m, 200m, 400m, 800m, 1200m, 1500m, 2000m, 3000m, 800m Marche, courses de haies et relais : par sections chronométrées (pas de finale).
- 7.6 Saut en hauteur : deux (2) essais consécutifs à chaque hauteur + un (1) essai additionnel aux huit (8) finalistes.
- 7.7 Autres sauts (longueur, triple) et lancers (poids, disque, javelot) : deux (2) essais non-consécutifs avec un essai additionnel pour les huit (8) finalistes.
- 7.8 Pour la catégorie benjamine la planche d'appel sera utilisée. Il n'y aura donc plus de zone d'appel de 1 (un) mètre
- 7.9 Tableau des spécifications par catégorie pour les courses de **haies** :

Catégorie →	BF	BM	CF	CM	JF	JM
Distance de l'épreuve (m)	60	80	80	100	110	110
Nombre de haies	6	8	8	10	10	10
Hauteur (en pouces)	30	30	30	33	30	36
Distance entre les haies (m)	7.5	8	7.5	8.5	8	8.8
Distance entre le départ et la 1 <sup>e</sup> haie (m)	12	12	12	13	13	13.5
Distance entre la dernière haie et l'arrivée (m)	10.5	12	15.5	15.5	15	17.3

## 8. RÈGLEMENTS

- 8.1 Les règlements officiels d'athlétisme sont ceux de la Fédération québécoise d'athlétisme (FQA).
- 8.2 Les règlements spécifiques ont préséances sur les règlements officiels.
- 8.3 Les règlements administratifs de l'ARSESL doivent être respectés.

## 9. OFFICIELS

Chaque école qui participe doit prendre en charge un plateau de compétition ou un secteur de l'organisation (les écoles qui sont en mesure de fournir plus de bénévoles sont invitées à communiquer avec nous).

**Veillez dès maintenant prévoir quelques bénévoles ainsi qu'un adulte responsable que vous mettrez à la disposition du comité organisateur pour toute la journée.**

Les responsabilités de chaque école seront attribuées suite à la réception du formulaire  
*Avis de participation.*