

SPORT. ÉDUCATION. FIERTÉ.

**RSEQ**

LAC-SAINT-LOUIS

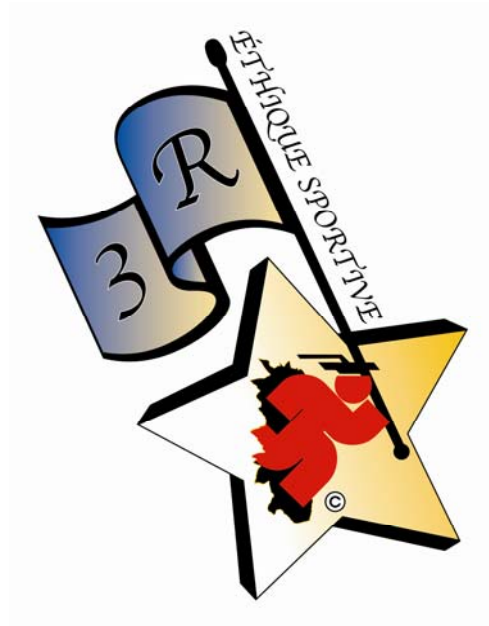
# CROSS-COUNTRY

## DOCUMENT TECHNIQUE 2011-2012

*Révisée le 15 juin 2011*

## TABLE DES MATIÈRES

1. Catégories d'âge .....	3
2. Surclassement.....	3
3. Classement .....	3
4. Récompenses.....	3
5. Distances .....	3
6. Ordre des départs .....	3
7. Officiels.....	4
8. Règlements spécifiques.....	4
9. Règlements.....	4



## 1. CATÉGORIES D'ÂGE

Benjamin	1 <sup>er</sup> octobre 1997 au 30 septembre 1999
Cadet	1 <sup>er</sup> octobre 1995 au 30 septembre 1997
Juvenile	1 <sup>er</sup> juillet 1993 au 30 septembre 1995

## 2. SURCLASSEMENT

- 2.1 Le surclassement est permis dans toutes les catégories.
- 2.2 Si le coureur se qualifie pour le championnat scolaire provincial, il devra participer dans la même catégorie.

## 3. CLASSEMENT

- 3.1 Pour chacune des catégories, le rang d'arrivée des cinq (5) premiers d'une même école est comptabilisé.
- 3.2 Si une école n'a pas cinq (5) athlètes au fil d'arrivée, on accorde le pointage équivalent au nombre total d'athlètes terminant la course plus un (1) pour chaque place libre dans l'équipe.
- 3.3 Le plus petit nombre de points accumulés détermine le premier rang au classement des écoles par épreuve.
- 3.4 Lorsque deux (2) écoles ou plus terminent sur un pied d'égalité, le rang obtenu par le meilleur cinquième arrivant détermine la position de ces écoles au classement.

## 4. RÉCOMPENSES

- 4.1 Médailles d'or, d'argent et de bronze remises aux trois (3) premiers concurrents de chaque épreuve.
- 4.2 Pour chacune des catégories, une bannière *champions* ou *championnes* sera remise à l'école qui aura cumulé le meilleur pointage.

## 5. DISTANCES

Catégorie →	BF	BM	CF	CM	JF	JM
Distance (km) →	2	3	3	4	4	6

## 6. ORDRE DES DÉPARTS

Afin de favoriser un départ sécuritaire, l'aire de départ sera organisée de la façon suivante :

1. Une première ligne de départ regroupant un maximum de 5 athlètes par école ; chaque école y aura son emplacement (box) d'une largeur de 1 mètre.

**Veillez SVP identifier ces 5 athlètes à l'avance.**

2. La deuxième ligne de départ sera située 10 mètres plus loin et pourra accueillir un maximum de 10 athlètes par école.  
**Veillez SVP identifier ces 10 athlètes à l'avance.**
3. La troisième ligne se trouvera 10 mètres plus loin avec le reste du peloton.
4. Pour chaque course, l'emplacement (box) des écoles sera déterminé au hasard.
5. Un responsable doit accompagner ses coureurs à chacun des départs.

## 7. OFFICIELS

Pour assurer une supervision adéquate du parcours et pour chacune des courses, chaque école qui participe doit fournir un bénévole élève et un bénévole adulte (les écoles qui sont en mesure de fournir plus de bénévoles sont invitées le faire).

**Veillez dès maintenant prévoir quelques bénévoles ainsi qu'un adulte responsable que vous mettez 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*.

## 8. RÈGLEMENTS SPÉCIFIQUES

- 8.1 L'athlète doit obligatoirement porter son dossard, épinglé à l'avant, de façon visible par les officiels durant la course.
- 8.2 Lorsqu'un coureur emprunte un chemin différent du parcours qui lui est indiqué, il est disqualifié de la compétition.
- 8.3 Seuls les officiels et les coureurs « en course » peuvent fréquenter le parcours. Aucune autre personne (entraîneur, compétiteur «non en course» ou spectateur) ne doit se trouver sur le parcours entre le signal de départ et la fin de la course.
- 8.4 Si quelqu'un soutient physiquement un coureur durant la course, ce coureur est automatiquement disqualifié.

## 9. RÈGLEMENTS

- 9.1 Les règlements officiels de cross-country sont ceux de la Fédération québécoise d'athlétisme (FQA).
- 9.2 Les règlements spécifiques ont préséances sur les règlements officiels.
- 9.3 Les règlements administratifs de du RSEQ Lac-Saint-Louis doivent être respectés.