



Avis de course

Finale du circuit régional du Bas-Saint-Laurent

- Date : Dimanche, 2 avril 2023
- Site : Centre de Plein-Air Mouski, Sainte Blandine, Rimouski, QC
- Club hôte : Coopérative de ski de fond Mouski / Mouski Nordique
- Adresse : Une carte de localisation est fournie sur le site du Centre de plein-air, à l'adresse suivante : www.mouski.qc.ca
- Tarif d'accès : L'accès aux pistes sera gratuit pour les compétiteurs et leurs entraîneurs, le jour de la compétition.
- Type de course : Style libre, départs de groupe. Sanctionnée par Ski de fond Québec.
- Admissibilité : Catégories M8 à « Open ».
- Inscription : L'inscription peut se faire à partir du jeudi 23 mars sur le site web « Zone 4 », à l'adresse suivante : <https://zone4.ca/register.asp?id=31752> . La date limite pour s'inscrire est le samedi 1^{er} avril 2023, à 16h00.
- Frais d'inscription : Les frais sont de 12 \$ par compétiteur pour toutes les catégories, auxquels s'ajoutent les frais de transaction de la plateforme Zone4. Les frais sont payables lors de l'inscription sur Zone4. La licence de Ski de Fond Québec est requise pour toutes les catégories. Si le compétiteur ne possède pas de licence annuelle, il doit se procurer une licence d'un jour au coût de 3 \$, payable sur Zone 4 lors de l'inscription à la course.
- Comité de course :
- | | |
|-------------------------|--------------------|
| Directeur d'épreuve : | Daniel Guay |
| Chef de piste : | François Deschênes |
| Chef de stade : | Francis Roy |
| Chef des contrôleurs : | Daniel Guay |
| Chef du chronométrage : | Sébastien Bolduc |
| Secrétaire d'épreuve : | Myriam Belzile |
| Aviseur technique : | À déterminer |

Informations : Daniel Guay, téléphone : 418-318-1450
Courriel : gua.vac@telus.net

Course en style libre –départs en groupe

Catégorie	Sexe	Âge au 31 déc. 2022 (Années de naissance)	Distance
M8	G-F	5 - 6 - 7 ans (2015-2017)	1,2 km
M10	G-F	8 - 9 ans (2013-2014)	2,0 km
M12	G-F	10 - 11 ans (2011-2012)	4,0 km
M14	G-F	12 - 13 ans (2009-2010)	4,0 km
M16	G-F	14 - 15 ans (2007-2008)	4,3 km
M18	G-F	16 - 17 ans (2005-2006)	8,6 km
Paranordique	G-F	Tous les âges	1,2 km
« Open »	H-F	18 ans et plus (2004 et -)	8,6 km

Horaire proposé

8h15	Ouverture de la salle de fartage
8h15	Ouverture du secrétariat. Distribution des dossards
9h45	Réunion des entraîneurs
10h30	Appel des coureurs
10h45	Premiers départs
12h15	Remise des médailles Remise du championnat du Bas-Saint-Laurent Remise des prix de présence
13h15	Fin de l'événement

L'horaire détaillé des départs pour les diverses catégories sera remis à la réunion des entraîneurs puis affiché.

Les départs seront retardés, remis à une date ultérieure ou annulés si la météo est trop défavorable. En cas de remise à une date ultérieure ou d'annulation, l'information sera affichée sur le site du club Mouski au plus tard le samedi 1er avril à 16h30.

Médailles : Des médailles seront remises aux trois premiers de chaque catégorie pour les hommes et pour les femmes, à la fin des épreuves.

Championnat : Les titres de champion et championne régional(e) seront décernés après la course pour les catégories M8, M10, M12, M14, M16 et M18. À moins d'une absence justifiée (par exemple : maladie), la participation à la finale est obligatoire pour être éligible au championnat. Les trois meilleures performances sur les cinq compétitions de la saison seront considérées pour l'octroi du championnat. À cette fin, les deux courses de Rivière-du-Loup sont calculées comme une performance. Tous les athlètes sont éligibles, même s'ils ne sont pas domiciliés dans la région de Bas-Saint-Laurent.

Service alimentaire: Des repas et collations seront en vente au chalet.

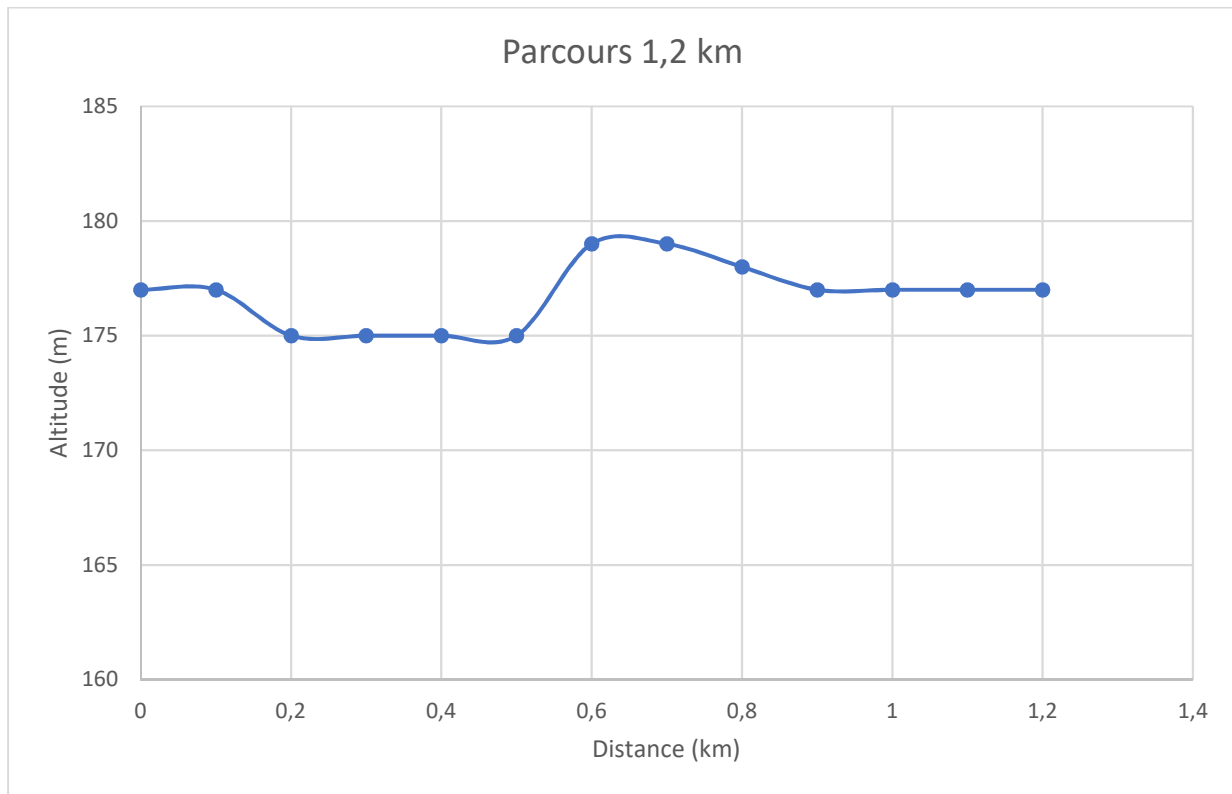
Dossard : Le participant ou participante qui ne remettrait pas son dossard après la course se verra facturé celui-ci au coût de 40\$.

Farts : Les farts contenant du fluor sont interdits.

Parcours : Selon le degré de fonte de la neige au 2 avril, il pourrait arriver que les parcours et distances soient modifiés.

Annexe A – page suivante : cartes et profils des parcours.

M8, paranordique :
1 X 1,2 km



M10 :
1 X 2,0 km
M12, M14 :
2 X 2,0 km

