



AVIS DE COURSE

Course Les Sentiers du Moulin

Loppet Lévis-Mirepoix

1^{ère} tranche du Circuit de Ski de Fond JH Lamontagne Sports

23 janvier 2010

Organisée par	Club Subway du Moulin	
Sanctionnée par	Ski de fond Québec	
Lieu	Les Sentiers du Moulin 99, chemin du Moulin, Lac-Beauport	
Personnes responsables	Directeur de l'épreuve : Directeur adjoint : Délégué technique : Chef de stade et de piste: Chef de chronométrage électronique : Secrétaire d'épreuve : Chef contrôleur :	Daniel Deschênes Robert Bédard Alain Vachon Florent Harvey Daniel Deschênes/Paul Drouin Berthe Giguère/Maryse Brouillette Michel Dallaire
Jury	Délégué technique : Directeur de l'épreuve : Directeur adjoint :	Alain Vachon Daniel Deschênes Robert Bédard
Programme des compétitions	Voir documents annexés.	

Courriel : courses.csdm@gmail.com



Admissibilité

Les compétiteurs doivent détenir une licence de course provinciale ou encore se procurer une licence d'un jour **provinciale** sur place (payable avant la remise des dossards). Les compétiteurs venant de l'extérieur du Québec doivent posséder une licence de course délivrée et reconnue par leur province, état ou pays de résidence ou d'origine. L'évènement est ouvert aux catégories Atome, Pee-Wee, Midget, Juvénile, Junior, Senior et Maître. **Cet évènement utilise le nouveau modèle de compétition de SFC. Les catégories selon les âges (au 31 décembre 2009) sont les suivantes :**

Catégorie Fille	Année de Naissance	Catégorie Garçon	Année de Naissance
Atome fille	2001 - 2004	Atome garçon	2001 - 2004
AF 1	2004	AG 1	2004
AF 2	2003	AG 2	2003
AF 3	2002	AG 3	2002
AF 4	2001	AG 4	2001
Pee wee fille	1998 - 2001	Pee wee garçon	1997 - 2000
PF 1	2001	PG 1	2000
PF 2	2000	PG 2	1999
PF 3	1999	PG 3	1998
PF 4	1998	PG 4	1997
Midget fille	1996 - 1998	Midget garçon	1995 - 1997
MF 1	1998	MG 1	1997
MF 2	1997	MG 2	1996
MF 3	1996	MG 3	1995
Juvénile fille	1994 - 1996	Juvénile garçon	1993 - 1995
JVF 1	1996	JVG 1	1995
JVF 2	1995	JVG 2	1994
JVF 3	1994	JVG 3	1993
Junior dame	1990 - 1994	Junior homme	1990 - 1992
JF 1	1994	JM 1	1992
JF 2	1993	JM 2	1991
JF 3	1992	JM 3	1990
JF 4	1991		
JF 5	1990		
Senior U23 dame	1987 - 1989	Senior U23 homme	1987 - 1989
Senior dame	1979 - 1986	Senior homme	1979 - 1986
Maître dame	1978 et avant	Maître homme	1978 et avant
Maître F 1	1978 à 1969	Maître H 1	1978 à 1969
Maître F 2	1968 à 1959	Maître H 2	1968 à 1959
Maître F 3	1958 à 1949	Maître H 3	1958 à 1949
Maître F 4	1948 à 1939	Maître H 4	1948 à 1939
Maître F 5	1938 et -	Maître H 5	1938 et -

Volet participatif

Pour les adultes (20 ans et plus) qui veulent tenter l'expérience d'une course chronométrée sur une distance moins longue



(sans catégorie ni médaille).

Frais d'inscription

Les frais d'inscription sont de :

- 8\$ pour les membres des clubs de compétition affiliés au Circuit JH Lamontagne Sports inscrits dans les catégories Atome à Junior inclusivement;
- 10\$ pour les membres des clubs de compétition affiliés au Circuit JH Lamontagne Sports inscrits dans les catégories Senior et Maître, incluant le volet participatif;
- 15\$ pour les non membres de 30 ans et moins;
- 25\$ pour les non membres de l'une des sous-catégories « Maître ».

Les frais d'inscription sont payables à l'ordre de « **Club Subway du Moulin** » et sont **non remboursables**. Toutes les inscriptions de club ou individuelles doivent être payées en argent ou par chèque, **une heure avant le premier départ qui est à 9h30. Pour ceux qui n'ont pas de licence provinciale alors vous devez prendre la licence d'un jour au montant de 5\$.**

À noter également que les clubs devront faire un seul paiement pour l'ensemble de ses membres inscrits à la compétition (y compris les « maîtres »).

Inscriptions

La date limite d'inscription est fixée au **mercredi 20 janvier 2010, 21h00**, à l'une des adresses qui suivent (poste ou courriel).

Aucune inscription ne sera acceptée après cette échéance

Veuillez utiliser les formulaires en annexe pour l'inscription des athlètes (individuelle ou club) et faire parvenir les inscriptions à :

Par la poste :

**Club Subway du Moulin
A/s M. Daniel Deschênes
1032, rue de l'Améthyste
Québec, Québec
G2L 2Z4**

Par courriel : courses.csdm@gmail.com

Annulation de la course

Advenant des conditions de neige et/ou climatiques défavorables, l'annulation de l'évènement sera diffusée sur les sites Internet de Skibec et de Ski de fond Québec. La décision d'annuler sera prise au plus tard le vendredi 13 janvier 2010.

Parcours et installations

Le stationnement est possible sur le site, pour les athlètes et parents. **Le chalet Waterloo est réservé exclusivement aux**



compétiteurs. Le chalet principal ne peut être utilisé par les compétiteurs durant cette journée. Les départs se donneront tout près du chalet Waterloo. Les athlètes et les entraîneurs (es) sont responsables de bien connaître leurs parcours. **Assurez-vous de consulter les cartes des parcours produites à cet effet!**

Réunions des entraîneurs (es)	Samedi, 23 janvier 2010 à 8 h 30 Chalet Waterloo
Remise des dossards	Samedi 23 janvier 2010, de 08h00 à 09h00 Le compétiteur qui ne remettra pas son dossard à la fin de la course devra déboursier des frais de 30\$ pour le remplacement de celui-ci.
Remise des médailles	Trente minutes après la fin des épreuves. Les médailles seront distribuées aux trois premiers de chacune des catégories admissibles. La remise des médailles sera basée sur les résultats non officiels. A moins d'exception spéciale, les médailles ne sont remises qu'aux athlètes présents sur le podium.. Selon le nouveau modèle de course, il y aura remise de médaille pour les trois premiers de chaque catégorie. De plus, un ruban sera remis au premier de chaque sous catégorie par année de naissance pour les catégories d'Atome à Junior.
Horaire et format des courses	Samedi, 23 janvier 2010 -Style classique -Départ individuel au 15 secondes -Premier départ à 9h30
Salle de fartage	Chalet Waterloo. Les équipes sont responsables d'apporter leurs bancs de fartage et leurs extensions électriques. Attention : l'espace est limité !
Premiers soins	Les premiers soins seront assumés par la Patrouille du Centre Les Sentiers du Moulin.
Services disponibles	Salle de fartage, restaurant de type casse-croûte, atelier de location et réparation de skis.
Information touristique	Pour renseignements supplémentaires : http://www.sentiersdumoulin.com/
Autres informations	
Documents annexés	A- Programme des compétitions B - Formulaire d'inscription (club) C- Formulaire d'inscription (individuelle)



Loppet Lévis-Mirepoix
1ère tranche du Circuit de Ski de Fond JH Lamontagne Sports
23 janvier 2010

A- PROGRAMME DES COMPÉTITIONS

Catégories		23/01/2010
		Classique Distance en km
Atome	H	1 (1 petit parcours)
	F	1 (1 petit parcours)
Pee-Wee	H	1 (1 petit parcours)
	F	1 (1 petit parcours)
Midget	H	3,75 (1 grand parcours)
	F	2,75 (1 moyen parcours)
Juvénile	H	7,5 (2 grands parcours)
	F	7,5 (2 grands parcours)
Junior Dame	F	7,5 (2 grands parcours)
Junior Homme	H	11,25 (3 grands parcours)
Senior, Senior U23 et Maîtres 1-2-3-4	H	15 (4 grands parcours)
	F	11,25 (3 grands parcours)
Maîtres 5	H	11,25 (3 grands parcours)
	F	11,25 (3 grands parcours)
Volet participatif pour Sénior et Maître	H et F	3,75 (1 grand parcours)



**Loppet Lévis-Mirepoix
1ère tranche du Circuit de Ski de Fond JH Lamontagne Sports
23 janvier 2010**

B- FORMULAIRE D'INSCRIPTION DE CLUB (SEULEMENT)

CLUB : _____
ENTRAÎNEURS (es) : _____
TÉL/COURRIEL : _____

L'inscription des # de licences provinciales est obligatoire pour ceux qui ont de telles licences ; les athlètes qui n'ont pas de licences devront acquitter les frais d'une licence d'un jour lors de la prise des dossards.

SFQ#	NOM	Catégorie	Sexe	Date de Naissance

*annexer feuille supplémentaire au besoin

- Coût total pour les clubs membres du Circuit JH Lamontagne :
 Nombre d'athlètes **atomes à juniors** x 8\$= _____ \$
- Coût total pour les clubs membres du Circuit JH Lamontagne :
 Nombre d'athlètes **seniors et plus** x 10\$= _____ \$
- Coût total pour les clubs non membres du Circuit JH Lamontagne :
 Nombre d'athlètes **30 ans et moins** x 15\$= _____ \$
- Coût total pour les clubs non membres du Circuit JH Lamontagne :
 Nombre d'athlètes **maitres** x 25\$= _____ \$
- Coût total pour **licence provinciale** d'un jour :
 Nombre d'athlètes x 5\$= _____ \$

DATE LIMITE D'INSCRIPTION : 20 janvier 2010 à 21 h 00. Par la poste : 1032, rue de l'Améthyste, Québec, Québec, G2L 2Z4. Par courriel : courses.csdm@gmail.com



Loppet Lévis-Mirepoix
1ère tranche du Circuit de Ski de Fond JH Lamontagne Sports
23 janvier 2010

C - INSCRIPTION INDIVIDUELLE

Nom _____ Sexe : Homme Femme

Prénom : _____ Date de naissance (année/mois/jour) : ____/____/____

Adresse : _____
(Numéro. Rue, Ville)

Province : _____ Code postal : _____

Téléphone : _____ Courriel : _____

Licence SFQ : _____

Catégorie : _____

- \$8 **Membre** d'un club du Circuit JH Lamontagne (**Atome à Junior**)
- \$10 **Membre** d'un club du Circuit JH Lamontagne (**Sénior et Maître**) et **participatif**
- \$15 **Non membre** d'un club du Circuit JH Lamontagne (30 ans et moins)
- \$25 **Non-membre** d'un club du Circuit JH Lamontagne (Maîtres)
- \$5 Licence d'un jour provinciale

Club Subway du Moulin
A/s M. Daniel Deschênes
1032, rue de l'Améthyste
Québec, Québec
G2L 2Z4


DATE LIMITE D'INSCRIPTION : 20 janvier 2010 à 21 h 00. Par la poste : 1032, rue de l'Améthyste, Par courriel : courses.csdm@gmail.com

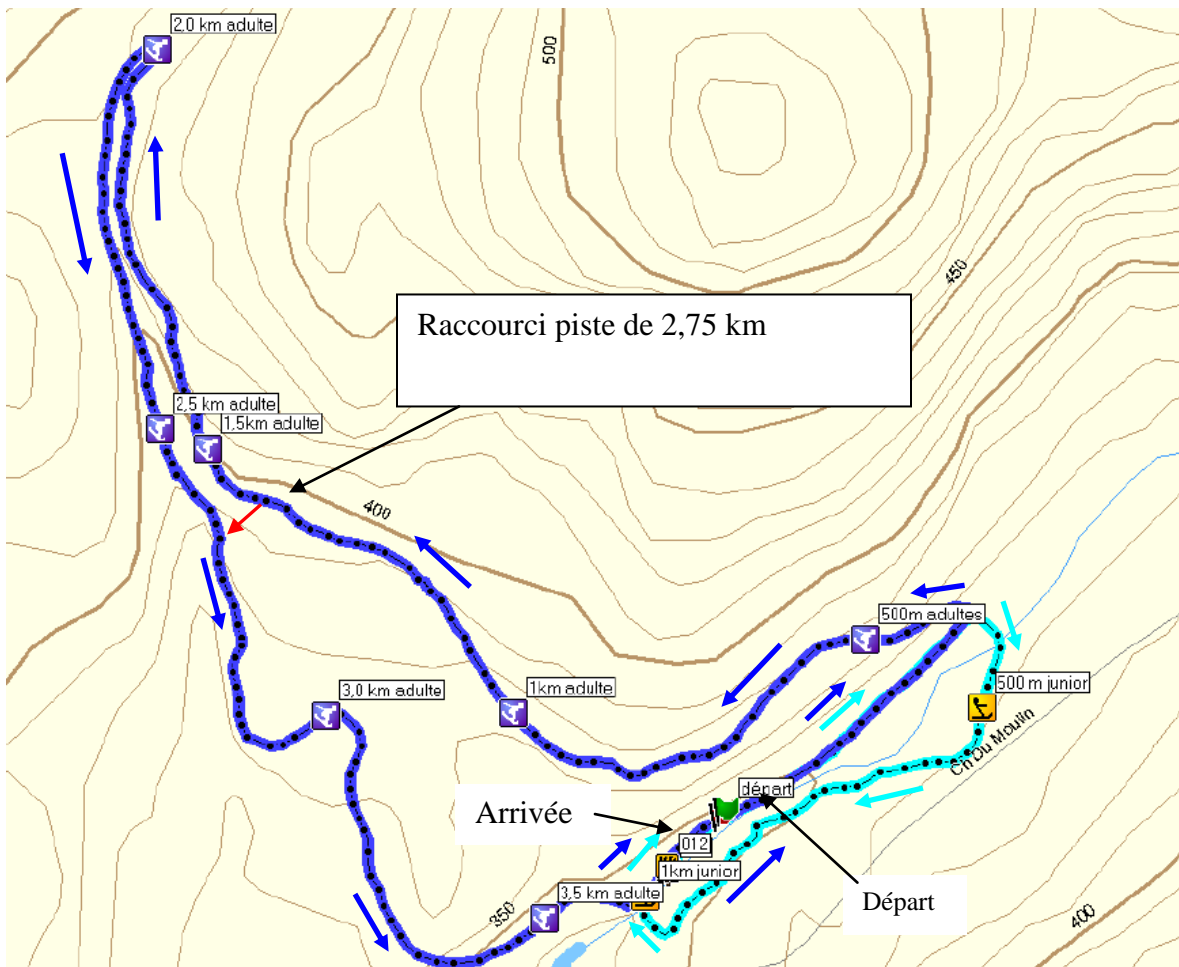


Parcours :

1 km : 

2,75 km 

3,75 km : 



Ascension totale du 3,75 km = 116 mètres