



AVIS DE COURSE

Loppet Camp Mercier - Forêt Montmorency,

8 mars 2008

Organisée par	Camp Mercier et la Forêt Montmorency	
Sanctionnée par	Ski de fond Québec	
Lieu	Camp Mercier sur la route 175 nord	
Personnes responsables	Directeur d'épreuve :	Gilles Cloutier
	Chef de plateau au Camp Mercier:	Robert Simard
	Chef de plateau à la Forêt Montmorency :	Marie Gilbert
	Chefs de piste :	Charles Camiré & Paul Asselin
	Responsable des bénévoles :	Stéphane Pratte
	Responsable de la sécurité :	Gilles Côte
	Secrétaire d'épreuve :	Ginette Carignan
	Directeur technique :	Renée Thibault
	Gérant Camp Mercier	Laval Leclerc
	Directeur Forêt Montmorency :	Hughes Sansregret
Programme des compétitions	44, 22 et 8,7 Km en style classique	
Admissibilité :	Toutes les catégories de skieurs (ses) sont admises à participer à la Loppet Camp Mercier - Forêt Montmorency. Il faut être âgé de plus de 16 ans pour la distance du 44 Km. La signature du parent est exigée pour les participants âgés de moins de 18 ans. Un nombre maximal de 400 participants est admis.	



Frais d'inscription

	jusqu'au 31 janvier 2008 par la poste	1er février au 29 février 2008 par la poste	1er au 6 mars 2008 au Camp Mercier	vendredi le 7 mars 2008	samedi le 8 mars 2008 sur place
44 km - réservée au 16 ans et plus					
16 et 17 ans	30 \$	35 \$	40 \$	aucune inscription	50 \$
18 ans et plus	40 \$	45 \$	50 \$		60 \$
22 km moins du 18 ans	30 \$	35 \$	40 \$		50 \$
18 ans et plus	40 \$	45 \$	50 \$		60 \$
8,7 km - réservée au 15 ans et moins accompagnés d'un adulte					
15 ans et moins	25 \$	25 \$	25 \$	aucune inscription	aucune inscription
adulte accompagnateur	25 \$	25 \$	25 \$		aucune inscription

Les frais d'inscription sont payables à l'ordre de « **Loppet CM - FM** » et ils sont **non remboursables**. Toutes les inscriptions individuelles doivent être payées en argent ou par chèque jusqu'au 29 février. À partir du 1^{er} mars, elles peuvent l'être en plus par carte de crédit ou de débit au comptoir du Camp Mercier. Ces frais doivent avoir été payés au plus tard, **trente minutes avant le premier départ qui est fixé à 8 h 30**.

À noter également que les clubs devront payer pour tous les noms qui figureront sur leur liste d'inscription et devront acheminer leur paiement avant le 29 février 2008*.

Inscription individuelle

La date limite d'inscription individuelle est fixée au **jeudi 6 mars 2008** (sceau de la poste).

Aucune inscription le vendredi 7 mars 2008 mais il sera possible de s'inscrire sur place le matin de la loppet entre 6 h 30 et 8 h.

Une copie de formulaire est reproduite en annexe-1 pour l'inscription individuelle. Vous trouverez des formulaires dans tous les centres de ski de la région de Québec, la plupart des marchands et sur le site Web de la Loppet Camp Mercier - Forêt Montmorency à www.loppetcmfm.ca Faire parvenir votre inscription avant le 29 février à :

Par la poste : **Loppet CM-FM**
541, rue Pacifique
Québec (Québec) G3G 1W4

Inscriptions de groupe

Un formulaire d'inscription d'un groupe affilié à SFQ est disponible auprès de la secrétaire d'épreuve : Ginette Carignan – tél. : (418) 841-3355
 Date limite d'inscription : 29 février 2008
 Courriel : ginettecarignan@hotmail.com



Annulation de la course

Advenant un problème majeur qui pourrait empêcher la tenue de la compétition, l'annulation de la course sera annoncée sur le site Web de la Loppet Camp Mercier - Forêt Montmorency à www.loppetcmfm.ca . La décision d'annulation sera prise le matin du 8 mars 2008.

Changement de 44 à 22 Km

Des frais de 10 \$ seront exigés le matin du 8 mars 2008 pour un changement de parcours du 44 au 22 Km. Ce montant devra être déboursé avant le départ de la loppet pour être reconnu au niveau des résultats.

Parcours et installations

Le stationnement des athlètes est disponible sur le site du Camp Mercier. Les courses devraient avoir lieu dans la **piste N°4 pour le parcours 8,7 Km, dans la piste N°14 pour les parcours 22 et 44 Km**. Les départs se donneront sur la piste N°10 à 300 mètres du chalet principal. (Voir les plans du site à l'annexe-3). Les athlètes et les entraîneurs (es) sont responsables de bien connaître leurs parcours. **Assurez-vous de consulter la carte du parcours pour le 22 et 44 Km reproduite à l'annexe-2.**

Réunions des entraîneurs (es)

Aucune réunion n'est prévue à moins de demande explicite.

Médication :

Tous les participants doivent s'assurer d'avoir avec eux leur médication (entre autre : broncho-dilatateur) si leur santé en requiert.

Allergies alimentaires :

Tous les produits distribués le long du parcours ainsi qu'au Camp Mercier sont susceptibles de contenir des noix.

Remise des dossards

Samedi 8 mars 2008, de 6 h 30 à 8 h

Le compétiteur qui ne remettra pas son dossard à la fin de la course devra déboursier des frais de 35 \$ pour le remplacement de celui-ci.

Remise des médailles

À 12 h pour les participants du 8, 7 Km

À 13 h 30 pour ceux du 22 Km

À 14 h pour ceux du 44 Km.

Les médailles seront distribuées aux trois premiers de chacune des catégories admissibles sur le podium dans la salle à dîner. La remise des médailles sera basée sur les résultats non officiels. Les athlètes devront être présents afin de recevoir leurs médailles. Pour le parcours 8,7 Km, les médailles sont remises jusqu'à la catégorie juvénile et moins.

Remise des plaques

Les plaques pour la première femme et le premier homme au classement général du 22 Km seront remises au plateau d'arrivée à la Forêt Montmorency. Il en va de même pour la distance du 44 Km au plateau du Camp Mercier. Quant aux deux plaques souvenir remise au plus jeune ainsi qu'au plus âgé des participants, elles seront remises sur le podium dès le retour de ces participants.

**Trophée**

La remise de la Coupe des Neiges à la gagnante et au gagnant du 44 Km se fera en même temps que la remise de leur médaille d'or pour leur catégorie respective sur le podium.

Horaire et format des courses**Samedi, 8 mars 2008**

- Style classique
- Départ de masse par distance
- Départ à 8 h 30 pour le 44 Km, 8 h 45 pour le 8,7 Km et 9 h pour le 22 Km

Salle de fartage

Chalet principal et dans le chapiteau à quelques pas du Camp Mercier. Un système d'alimentation électrique d'appoint (génératrices) sera disponible dans ce chapiteau afin de répondre aux besoins de fartage des skieurs. Les six tables disposées dans cet abri pourront recevoir chacune deux fers à farter de 1200 watts chacun. Un chauffage d'appoint assurera une température acceptable dans le chapiteau.

Les équipes sont responsables d'apporter leurs bancs de fartage et leurs extensions électriques.

Piste d'essai de glisse :

Une piste d'essai de glisse sera accessible aux skieurs avant la course entre la piste de départ et la piste d'arrivée. Pour les skieurs habituels du Camp Mercier, c'est la piste de départ pour le ski de patin. Voir l'annexe-3

Autobus 22 Km :

Les participants du 22 Km qui font l'aller vers la Forêt Montmorency seulement reviennent au Camp Mercier grâce à un autobus qui assure la navette entre les deux centres de ski entre 10 h et 15 h 30. Le chauffeur déposera les skieurs à proximité du chapiteau afin qu'ils puissent y laisser leur dossard.

Vêtements de rechange pour le 22 Km : Des sacs de plastique numérotés avec coupon seront disponibles au départ du Camp Mercier pour les skieurs qui désirent avoir des vêtements de rechange une fois la course terminée à la Forêt Montmorency. Une navette assurera le transport de ces sacs vers le Pavillon de la Forêt Montmorency.

Ravitaillement :

Liquides (Powerade, eau tiède avec miel) et barres tendres

Points de ravitaillement :

Les points de ravitaillements sont distribués ainsi :

- § La Pie (8,7 Km): Liquides (Powerade, eau tiède avec miel) et barres tendres,
- § La Mésange (22 et 44 Km): Liquides (Powerade, eau tiède avec miel),
- § Les Eaux Volées (aller 22 et 44 Km) : Liquides (Powerade, eau tiède avec miel) et barres tendres
- § Pavillon Forêt Montmorency (22 et 44 Km) : Liquides (Powerade, eau tiède avec miel) et barres tendres



- § Les Eaux Volées (retour 44 Km): Liquides (Powerade, eau tiède avec miel) et barres tendres
- § La Pie (retour 44 Km): (Powerade, eau tiède avec miel) et barres tendres
- § Chapiteau à l'arrivée au Camp Mercier: Liquides (Powerade, eau tiède avec miel) et barres tendres.

Repas : Un repas chaud sera servi au Camp Mercier entre 11 h et 15 h 30 pour tous les participants sauf les accompagnateurs des équipes inscrit à rabais. Ce repas sera préparé par le Traiteur Bolduc et se composera d'une soupe aux légumes (pain et beurre), d'une portion de lasagne, d'un carré aux dattes et d'un breuvage chaud. Un coupon donnant accès à ce repas sera remis au skieur à son retour du dossard dans le chapiteau.

T-shirt : Un T-shirt immortalisant la Loppet Camp Mercier - Forêt Montmorency de la neuvième édition sera remis à chaque participant le 8 mars 2008 sur place dans le chapiteau au retour du dossard.

Premiers soins Les premiers soins seront assumés par la Patrouille Canadienne de Ski (O.P.C.S.) Ceux-ci seront répartis sur tout le parcours.

Services disponibles à Camp Mercier : Salle de fartage, restaurant de type casse-croûte, atelier de location de skis et raquettes, service de location de chalets de la Sépaq.

La salle de fartage au chalet principal peut accueillir environ 100 skieurs à la fois,

Information touristique Pour renseignements supplémentaires sur hébergement consulter notre site Internet à hébergement

Autre information Le skieur qui fait parvenir son formulaire dûment complété (sceau de la poste) avant le 1^{er} mars 2008 coure la chance de gagner l'un des deux certificats cadeaux d'Ameublement Tanguay.

Le skieur qui s'inscrit à la Loppet Camp Mercier - Forêt Montmorency autorise l'utilisation de son nom et de sa photo pour la promotion de cet événement ultérieurement.

Les skieurs qui participent à cet événement doivent utiliser un langage respectueux lorsqu'ils s'adressent aux bénévoles.

Documents annexés

- Annexe-1** Formulaire d'inscription (individuel)
- Annexe-2** Carte du parcours
- Annexe-3** Plans des sites



Annexe-1

FORMULAIRE D'INSCRIPTION
Gagnez la chance de gagner un des certificats cadeaux d'Assemblée Tanguay en vous inscrivant avant le 1er mars 2008

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse : _____

Ville : _____

Code postal : _____ Tél. : _____

courriel : _____

Date de naissance : ____ / ____ / ____ Sexe : M F
année mois jour

cochez la distance :	cochez le volet :
8,7 km <input type="checkbox"/>	chronométré <input type="checkbox"/>
22 km <input type="checkbox"/>	non-chronométré <input type="checkbox"/>
44 km <input type="checkbox"/>	

Je reconnais que la pratique du ski de fond présente certains risques et je dégage, par le présent, Loppet Camp Mercier - Forêt Montmorency, les organisateurs, les bénévoles, les partenaires, les commanditaires ainsi que toute personne liée à cet événement de toutes responsabilités en cas de blessures, de dommages ou de pertes. Je sais et je comprends que ma participation à cet événement comporte des risques pour ma santé, ma sécurité et ma vie et j'accepte ces risques. J'autorise également l'utilisation de mon nom et de ma photo pour la promotion de cet événement.

Signature : _____

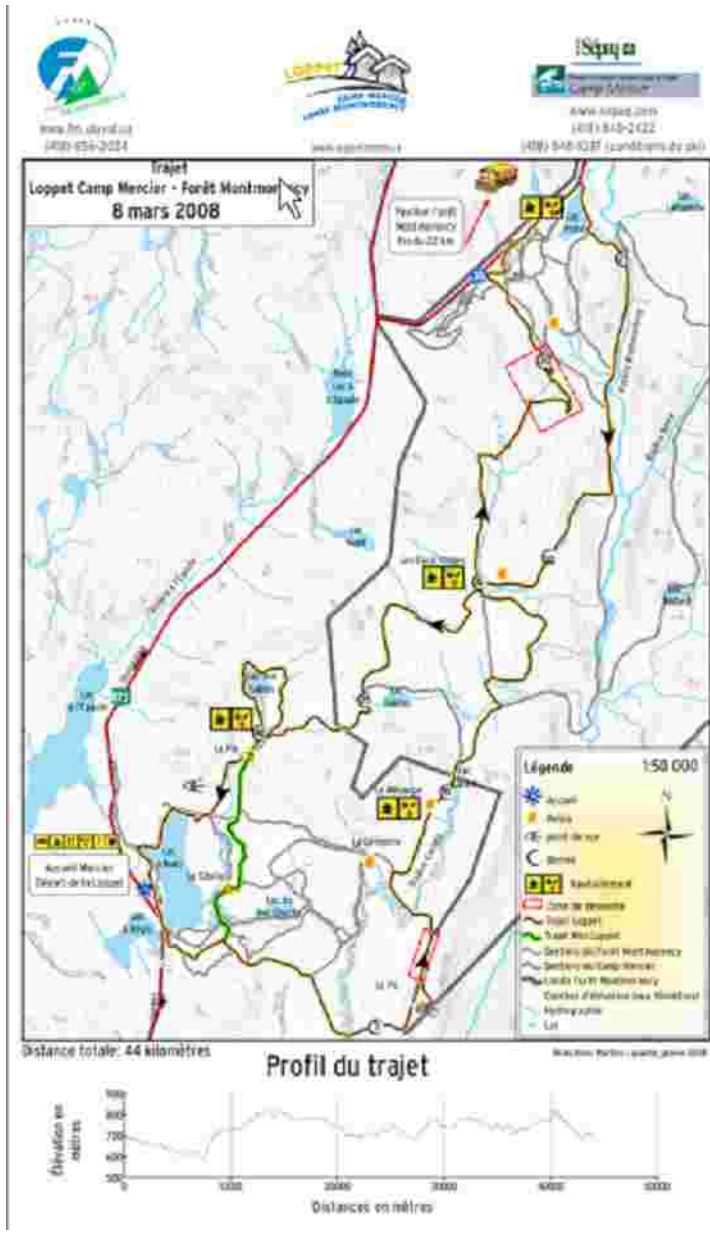
Signature : _____
du parent ou tuteur et moins de 18 ans

Date : _____

Payez par chèque à l'ordre de : Loppet CM-FM
Adressez à : 541 Rue Pacifique
Québec, (Québec) G3G 1W4

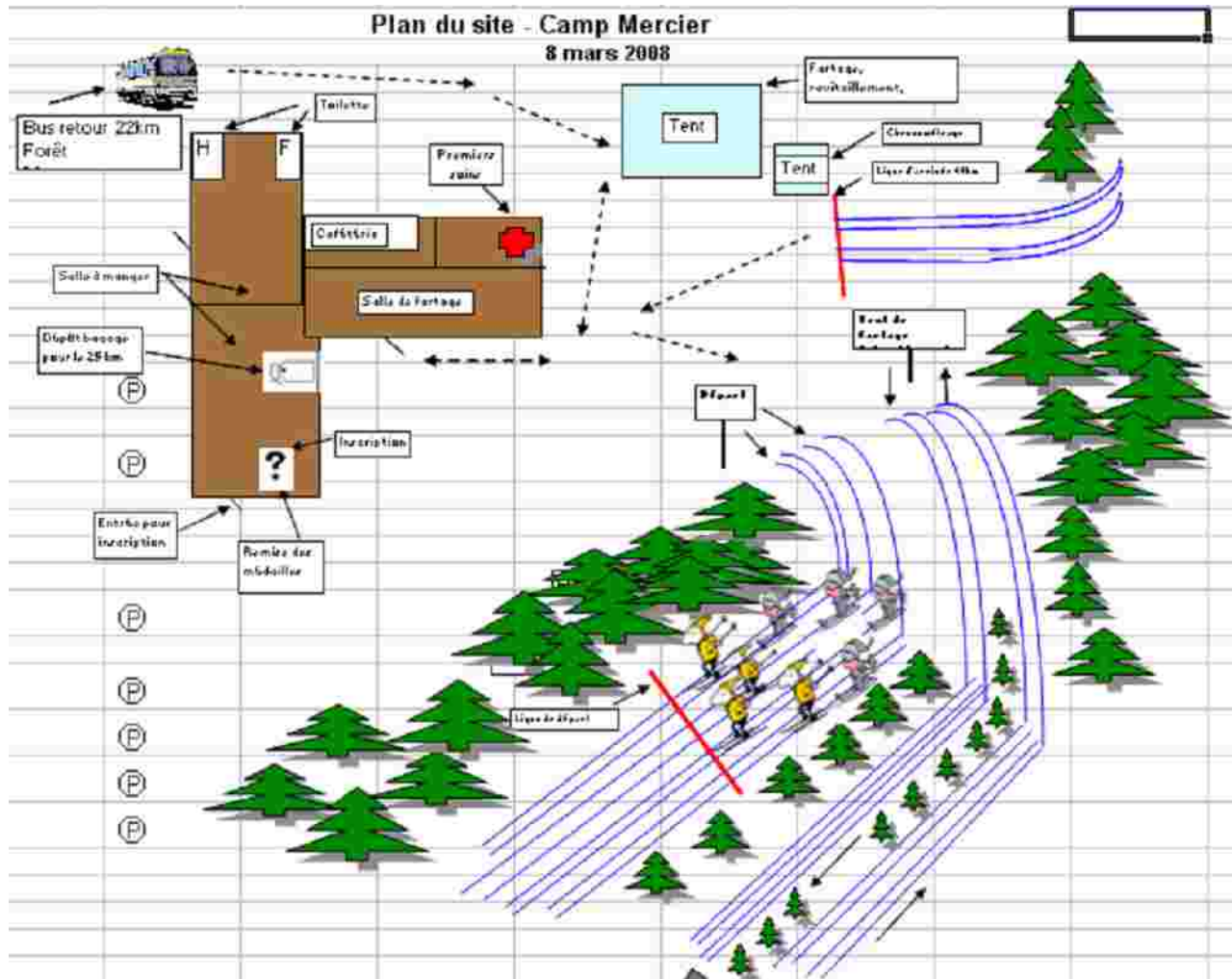


Annexe-2





Annexe-3





Annexe-3 (suite)

