



Éducation,  
Enseignement  
supérieur  
et Recherche

Québec 

## AVIS DE COURSE

### COUPE QUÉBEC

#### Tranche # 3

#### LOPPET SUBARU ORFORD

#### CENTRE D'ENTRAÎNEMENT DES SOMMETS

#### PARC NATIONAL DU MONT-ORFORD

11 ET 12 FÉVRIER 2017

**Nom de la compétition**

Coupe Québec #3, Loppet Subaru Orford

**Club-hôte**

Club de ski de fond parc du Mont-Orford

**Sites**

- Centre d'entraînement des Sommets pour le Sprint en style libre : samedi 11 Février 2017

- Parc national du Mont-Orford pour la course classique : dimanche 12 Février 2017

## **Tarif d'accès aux pistes de ski de fond**

### **Informations IMPORTANTES:**

#### **Pour le sprint du samedi seulement :**

L'accès est gratuit au Centre d'entraînement des Sommets pour les athlètes, les entraîneurs, les accompagnateurs et les spectateurs.

#### **Pour les courses du dimanche à Orford:**

**Tous les coureurs devront apporter leur reçu** d'inscription à la course, généré par Zone4. Ce reçu vous servira de billet d'accès au parc

Les coûts d'accès au parc sont inclus dans les frais d'inscription pour les athlètes et les entraîneurs.

Prenez note qu'il n'y a aucune gratuité pour les parents, accompagnateurs.

#### **Pour les entraînements de vendredi et avant à Orford:**

Les athlètes qui arriveront la veille des courses devront payer leur frais d'accès et le billet de ski pour la journée.

Ceux qui n'auront pas leur carte avec eux (ou l'oublieront) lors de leur passage à la guérite devront payer le tarif régulier :

- ✓ Adulte : 23.75 \$ billet ski incluant le tarif d'accès, ou 8.50 \$ pour l'accès au parc sans billet de ski.
- ✓ Enfant 6 à 17 ans : 8.25 \$ billet ski incluant le tarif d'accès, ou gratuit pour l'accès au parc sans billet de ski.
- ✓ Enfant moins de 5 ans : gratuit

Il est possible de vous procurer vos billets en ligne 24 heures à l'avance seulement à:

<http://www.sepaq.com/dotCMS/reservation/crossCountrySkiing?product=SKI&establishment=MOR&service=>

**Tarif de groupe** : La SEPAQ offre également des billets de groupe pour 15 personnes et plus.

Pour info : 819-843-9855 # 0

## Adresse

### **1-Centre Nordique des Sommets (samedi seulement)**

249, chemin des Sommets  
Sainte-Catherine-de-Hatley  
J0B 1W0

### **2-Parc du Mont-Orford (dimanche)**

3321, chemin du Parc  
Canton d'Orford  
J1X 7A2

## Directions

[Cliquer ICI pour afficher la carte sur Internet du Centre Nordique des Sommets](#)

[Cliquer ICI pour afficher la carte sur Internet du Parc du Mont-Orford](#)

Vous pouvez écrire votre lieu de départ (point A) pour calculer un itinéraire et la distance.

## Dates

11 et 12 Février 2017

## Sanction

Ski de fond Québec, Ski de fond Canada

## Admissibilité

Licence annuelle Provinciale (SFQ) et Nationale (SFC) obligatoires pour les catégories juvénile à sénior. **Les licences d'un jour ne sont pas permises pour ces catégories.**

Pour le volet régional : la licence annuelle ou de jour SFQ (5\$ par jour) est obligatoire (Atome, Peewee, et Midget).

Licence de jour SFQ (5\$ / jour) et licence de jour SFC (5\$/ jour) = 10\$ / jour sont obligatoires pour les catégories Maîtres, Sénior sport et Paranordique régional.

**Prendre note que les entraîneurs (es) et les farteurs doivent aussi se procurer des cartes d'accès sur Zone4. (apporter votre reçu)**

## **Comité organisateur**

**Directeur d'épreuve**  
**Secrétaire d'épreuve**  
**Chef de pistes**  
**Chef de stade**  
**Assistant chef de stade**  
**Chef des contrôleurs**  
**Chef du chronométrage**  
**Communications**  
**Inscriptions**  
**Alimentation**

René Pomerleau  
Marie-Josée Grignon  
Charles-Olivier St-Jean  
Angelo Cristofanilli  
Éric Racine  
Michel Langlois  
Mario Champigny/ Éric Beaulieu  
Jean Pinard, Étienne Ferron-Forget  
Élyse Bernier, Suzanne Méthot  
Diane Bernard

## **Renseignements**

René Pomerleau  
819-571-0704  
[rpomerle@skidefondorford.qc.ca](mailto:rpomerle@skidefondorford.qc.ca)  
<http://www.skidefondorford.qc.ca>

## **Membres du Jury**

**Délégué technique**  
**Directeur d'épreuve**  
**Représentant du club hôte**

Daniel Deschênes  
René Pomerleau  
Jean Pinard

## **Secrétaire d'épreuve**

Marie-Josée Grignon

Catégorie Année de compétition (Âge au 31 déc 2016)	Style libre Samedi 11 Février 2017		Style classique Dimanche 12 Février 2017	
	Coût \$ avant 5 février 2017  +25% entre le 6 et 7 Février 2017	Distance (km) Au Centre des Sommets	Coût \$ avant 5 Février 2017  +25% entre le 6 et 7 Février 2017	Distance (km) À Orford
	Taxes en sus		Taxes en sus	

Atome fille (2008- 2011)		N/A	25\$	0,8 km (noir)
Atome garçon (2008-2011)		N/A	25\$	0,8 km (noir)
Pee Wee fille (2005-2007)	25\$	Prologue 1.5 km	25\$	2,5 km (vert)
PeeWee garçon (2004-2007)	25\$	Prologue 1.5 km	25\$	2,5 km (vert)
Midget fille (2003-2004-(2005))	25\$	Prologue 3.0 km (2 X 1.5 km)	25\$	2,5 km (vert)
Midget garçon( (2002) 2003-2004)	25\$	Prologue 3.0 km (2 X 1.5 km)	25\$	2,5 km (vert)
Juvenile fille (2001-2002(2003))	35\$	Sprint 800 m	40\$	5 km (brun)
Juvenile garçon (2001-2002))	35\$	Sprint 800 m	40\$	7,5 km (jaune)
Junior B femme (1999-2000 (2001))	35\$	Sprint 1 km	40\$	10 km (rouge)
Junior B homme (1999-2000)	35\$	Sprint 1 km	40\$	10 km (rouge)

Open	Junior A femme (1997-1998)	35\$	Sprint 1,2 km	45\$	10,0 km (rouge)
	U23 F (1994-1996)				
	Senior élite F (1986-1993)				
Open	Junior A homme (1997-1998)	35\$	Sprint 1.5 km	45\$	15 km (2 X 7,5 km jaune)
	U23 H (1994-1996)				
	Senior élite H (1986-1993)				

Senior sport et Maître homme et femme (+ de 30) classe de 10 ans		N/A	25\$	5 km initiation (brun)
Senior sport et Maître femme (+ de 30) classe de 10 ans (1985 et avant)	35\$	Sprint 1,2 km	45\$	15 km (2 X 7,5 km jaune) ou 30 km (3 X 10 km rouge)
Senior sport et Maître homme (+ de 30) classe de 10 ans (1985 et avant)	35\$	Sprint 1.5 km	45\$	15 km (2 X 7,5 km jaune) ou 30 km (3 X 10 km rouge)

## Horaire

DATE	ACTIVITÉ	LIEU
<b>Réunion virtuelle</b> (voir information en ligne à tout moment)	Réunion des entraîneurs (es) Tirage au sort	<a href="#">Documents d'information pour la course (cliquer ici)</a> Pour communiquer avec le secrétariat de course; <a href="mailto:mjgrignon@skidefondorford.qc.ca">mjgrignon@skidefondorford.qc.ca</a>
<b>SAMEDI 11 FÉV.</b>		
08h00 à 12h00	Distribution des dossards	Pavillon B Centre des Sommets
07h00	Ouverture de la salle de fartage	Sous-sol Pavillon B
9h00	Premier départ de course (Qualification des Sprint)	Centre des Sommets
10h30	Départ Prologue Midget et PeeWee	
11h30	Départ des vagues de Sprint	
12h00	Dîner (distribution des lunches aux athlètes et bénévoles)	Pavillon A Centre des Sommets
13h00	Remise des médailles Course régionale (Midget et PeeWee,)	Près du stade
15h00	Remise des médailles : Sprint	Près du stade
<b>Réunion virtuelle</b> (voir information en ligne à tout moment)	Réunion des entraîneurs (es) pour la course du dimanche	<a href="#">Documents d'information pour la course (cliquer ici)</a> Pour communiquer avec le secrétariat de course; <a href="mailto:mjgrignon@skidefondorford.qc.ca">mjgrignon@skidefondorford.qc.ca</a>
18h00	Banquet	Polyvalente La Ruche
<b>DIMANCHE 12 FÉV.</b>		
08h00	Ouverture de la salle de fartage	Chalet Le Cerisier
08h00 à 12h00	Distribution des dossards	Roulotte du club
09h00	Premier départ de course	Parc du Mont-Orford
11h00	Remise des médailles (Midget et moins)	Près du stade
11h30	Dîner (distribution des lunches aux athlètes et bénévoles)	Chapiteau
12h45	Remise des médailles Coupe Québec	Près chapiteau
13h30	Remise des médailles Maîtres	Près du chapiteau

**Pour informations, communiquer avec René Pomerleau, resp. Rés. : 819-571-0704**

## **Règlements**

L'événement respectera les règlements en vigueur émis par SFQ et SFC. Voir aux liens suivants :

[http://skidefondquebec.ca/sites/default/files/docs/cahier\\_reglement\\_2016\\_final.pdf](http://skidefondquebec.ca/sites/default/files/docs/cahier_reglement_2016_final.pdf)

<http://www.ccski.com/Events/Rules-and-Regulations.aspx>

## **Modalités d'inscription**

### **Frais**

Les frais d'inscription sont indiqués dans le tableau : Programme des compétitions. Les frais d'accès au parc sont inclus dans les frais d'inscription. **À noter que le tarif régulier s'applique jusqu'au 5 Février 2017, 23h59. Entre le 6 et 7 Février 2017, les frais sont haussés de 25%.**

**À noter également que la TPS et la TVQ sont ajoutés au frais d'inscription**

licence d'un jour applicable (voir admissibilité)

### **Inscription**

Ouverture des inscriptions en ligne sur Internet le 28 décembre 2016.

<https://zone4.ca/register.asp?id=14392&lan=2&cartlevel=1>

Frais non remboursables

Les frais de transaction de Zone4 ne sont pas remboursables.

Les frais d'inscription sont non remboursables. Sauf en cas de force majeure, (annulation par l'organisation en raison des conditions climatiques) 70% des frais d'inscription seront remboursés aux athlètes si l'annulation se fait 48 heures avant la tenue de la première course, soit avant le 9 Février 2017, 9h00. Si l'annulation se fait le matin de la course, aucun frais n'est remboursé.

### **Date limite**

Mardi 7 Février 2017 à 23h59, heure de l'Est

### **Parcours**

**voir notre site**

<http://www.skidefondorford.qc.ca/>

### **Stade**

**voir notre site**

<http://www.skidefondorford.qc.ca/competitions/loppet-subaru-orford/>



## Entraînement

À compter de 13h00, le vendredi 10 Février 2017 pour le Sprint au Centre d'entraînement des Sommets.

À compter de 14h00 le samedi 11 Février 2017, au parc national du Mont-Orford pour les courses du dimanche

Les athlètes devront avoir quitté les parcours de course 15 minutes avant le départ des courses.

Plateau de départ interdit en tout temps

## Réunions des entraîneurs

Il n'y aura pas de rencontres physiques des entraîneurs. Les informations seront affichées régulièrement à l'adresse ci-bas. Il est important de conserver ce lien pour accéder aux informations. **Nous enverrons, par courriel, les informations aux entraîneurs qui nous auront donné leur adresse courriel en s'inscrivant sur Zone4 à la course du samedi (C'est gratuit).**

[Documents d'information pour la course \(cliquer ici\)](#)

Pour communiquer avec le secrétariat : [mjgrignon@skidefondorford.qc.ca](mailto:mjgrignon@skidefondorford.qc.ca)

## Tirage au sort

La liste des athlètes sera diffusée sur notre site d'information. Les entraîneurs devront nous informer de toute irrégularité par courriel. Les règlements de Ski de fond Québec s'appliqueront.

[mjgrignon@skidefondorford.qc.ca](mailto:mjgrignon@skidefondorford.qc.ca)

## Remise des dossards

Sur les sites à l'endroit indiqué entre 8h00 et 12h00.

## Prix

### **Description des prix**

Médailles aux trois premiers de chaque catégorie. L'athlète devra être présent pour recevoir sa médaille Coupe Québec. En aucun cas, la médaille ne sera remise à une autre personne que l'athlète qui l'a gagné.

### **Remise des bourses**

Remise des bourses Coupe Québec : Les bourses Coupe Québec sont accordées au 1<sup>er</sup> de chaque catégorie (Junior B, Junior A, U23/ Sénior, et Universitaire) (si disponibilité financière) qui cumule le meilleur résultat des 3 courses de la fin de semaine. Les bourses sont remises par Ski de fond Québec ou le partenaire commanditaire s'il y a lieu. L'athlète devra être présent pour recevoir sa bourse Coupe Québec. En aucun cas, la bourse ne sera remise à une autre personne que l'athlète qui l'a gagné.

### **Remise des prix et bourses**

30 minutes après la fin de la course selon les résultats non officiels.

### **Salles de fartage**

Chalet Le Cerisier (8h00 à 17h00) et Tente aménagée à cet effet (6h30 à 16h00)

### **Avis sur longueur des pôles (NOUVEAU RÈGLEMENT)**

Prenez note que la **nouvelle règle** sur la longueur des pôles s'appliquera pour la course en style classique. La hauteur des pôles ne doit pas dépasser 83% de la hauteur de l'athlète. La hauteur est mesurée entre la pointe du bâton et la dragonne. Un gabarit sera disponible sur place pour valider et vérifier la longueur des pôles. **Un athlète est sujet à disqualification s'il ne répond pas à cette exigence.**

## Services aux athlètes

### **Alimentation**

Salle de fartage  
Goûter servit aux athlètes après chaque course.

Boutique d'équipements  
Casse-croûte: chalet Le Cerisier

### **Hébergement**

Il y a un nouveau site d'hébergement à prix modique à Magog. C'est sur le principe d'une auberge jeunesse. Chambre pouvant accueillir 3 à 5 personnes. Disponible sur place : garage chauffé pour fartage, WiFi, salon commun, grande cuisine communautaire, laveuse-sécheuse, ascenseur. 46\$ /soir incluant les taxes et le petit déjeuner.

Auberge-Résidence St-Patrice (ancien presbiteraire) 111, rue Merry Nord  
Chuck Pelletier 819-434-5831  
[Pelletier.chuck@gmail.com](mailto:Pelletier.chuck@gmail.com)

Nous avons réservé des chambres au Centre d'Arts Orford. Vous devez mentionner que vous participez à la Coupe Québec Orford. Le Centre d'Arts Orford est localisé à 1 km du centre de ski de fond. Une salle de fartage sera disponible sur place. Vous pouvez consulter le site Web du Centre d'Arts pour plus d'informations. Réservez maintenant.

<http://www.arts-orford.org>  
1-800-567-6155

Pour renseignements supplémentaires sur hébergement ou autres, contactez l'information touristique : 1-800-267-2744  
Ou allez sur le lien suivant :

<http://www.tourisme-memphremagog.com/>

### **Stationnement**

Près du stade, stationnement #3

### **Médical**

Chalet Le Cerisier. Les premiers soins seront assurés par la Patrouille canadienne de Ski (P.C.S.). Un médecin sera également présent.

## Activité sociale

### Banquet

Samedi le 11 Février 2017 à 18h00;  
Polyvalente La Ruche : 1255, Blv. des  
Étudiants Magog

<https://www.google.ca/maps/place/%C3%89cole+Secondaire+la+Ruche/@45.276934,-72.1409376,15z/data=!4m5!3m4!1s0x0:0x670de0e69c4d771d!8m2!3d45.276934!4d-72.1409376>

Menu : Pâte sauce Alfredo ou sauce rosée  
et/ou Suprême de poulet sauce au vin blanc,  
3 salades, breuvage et dessert.

Coût : 25,00\$ par personne taxes et service  
inclus (13 ans et +) 17,50\$ par personne (12  
ans et -), taxes et services inclus.

Réserver vos places en même temps que  
votre inscription en ligne.

## HORAIRE DES COURSES

<b>Samedi 11 Février 2107 (Style libre)</b>		<b>Dimanche 12 Février 2017 (style classique)</b>			
<b>Horaire approximatif</b>		<b>Horaire approximatif</b>			
<b>Départ individuel (15 sec.)</b>		<b>Type de départ</b>			
9h00	Qualification	9h00	2,5 km	Ind.	Midget garçon
	Tous les groupes	9h06	2,5 km	Ind.	Midget fille
		9h10	2,5 km	Ind.	PeeWee garçon
10h30	Départ PeeWee	9h15	2,5 km	Ind.	PeeWee fille
11h00	Départ Midget	9h25	0,8 km	Ind.	Atome garçon
11h30	Début des vagues de Sprint	9h28	0,8 km	Ind.	Atome fille
		9h45	5 km	Ind.	Juvenile fille
		9h54	5 km initiation	Ind.	Maitre senior et Sport homme et femme
		10h35	30 km	Masse	Senior Sport homme
		10h35	30 km	Masse	Maître homme
		10h37	30 km	Masse	Senior sport femme
		10h37	30 km	Masse	Maître femme
		10h40	15 km	Masse	Senior sport homme
		10h40	15 km	Masse	Maître homme
		10h42	15 km	Masse	Senior sport femme
		10h42	15 km	Masse	Maître femme
		10h50	10 km	Ind.	Junior B homme
		11h00	10 km	Ind.	Open femme
		11h07	10 km	Ind.	Junior B femme
		11h13	15 km	Ind.	Open homme
		11h20	7,5 km	Ind.	Juvenile homme