



Avis de course

Contre-la-montre Bec-Scie

Style Classique

Samedi le 11 Janvier 2020



- Lieu :** Centre plein air Bec-Scie de la Baie
- Informations :** Centre plein air Bec-Scie, téléphone (418) 697-5132
Site <http://becscie.riviereamars.com>
Simon Thibault, téléphone (418) 550-6346
- Collaborateurs :** Le personnel et les membres du Centre Plein Air Le Bec-Scie
Boutique VO2, téléphone (418) 673-6116
- Marqueurs & Chronomètres :** Guylaine Claveau et Alain Carrier
- Directeur de plateau :** Stéphane Perron
- Distances :** Départ individuel 10 ou 15 km (2 ou 3 boucles de 5 km)
- Pré-Inscription :** stibo666@gmail.com (s.v.p mentionner votre catégorie)

	SUR PLACE
Volet jeune (20 ans et moins)	10.00\$
Maîtres et classe ouverte	30.00\$

Notes :

- Les frais d'inscription sont non remboursables.
- Les frais d'inscription incluent un goûter, lequel sera remis à la fin de la compétition.

VOLET JEUNE (Étudiants 19 ans et moins)

Horaire des départs :

Heure des départs	Catégorie	Age	Distance
10h00	U8 garçon	5 à 7 ans	1 km
10h00	U10 garçon	8 à 9 ans	1 km
10h00	U12 garçon	10 à 11 ans	2 km
10h00	U14 garçon	12 à 13 ans	3 km
10h00	U16 garçon	14 à 15 ans	5 km
10h00	U18 garçon	16 à 17 ans	10 km
10h00	U20 garçon	18 à 19 ans	15 km
10h00	U8 fille	5 à 7 ans	1 km
10h00	U10 fille	8 à 9 ans	1 km
10h00	U12 fille	10 à 11 ans	2 km
10h00	U14 fille	12 à 13 ans	3 km
10h00	U16 fille	14 à 15 ans	5 km
10h00	U18 fille	16 à 17 ans	5 km
10h00	U20 fille	18 à 19 ans	10 km

Note : Premier départ 10h00 et ensuite à intervalles de 30 secondes

CATÉGORIE OUVERTE (20 à 24 ans)

HEURE DE DÉPART : 11h00 Non pré inscrits aux 30 secondes

11h15 Pré inscrits aux 30 secondes

CATÉGORIE	HOMME	FEMME
20 à 24 ans	Départ individuel 15 km	Départ individuel 10 km
	3 boucles de 5 km	2 boucles de 5 km

CIRCUIT DES MAÎTRES

HEURE DE DÉPART : 11h00 Non pré inscrits aux 30 secondes

11h15 Pré inscrits aux 30 secondes

CATÉGORIE	HOMME Classique	FEMME Classique
25 à 29 ans	3 boucles de 5 km	2 boucles de 5 km
30 à 39 ans	3 boucles de 5 km	2 boucles de 5 km
40 à 49 ans	3 boucles de 5 km	2 boucles de 5 km
50 à 59 ans	3 boucles de 5 km	2 boucles de 5 km
60 à 69 ans	3 boucles de 5 km	2 boucles de 5 km
70 ans et plus	3 boucles de 5 km	2 boucles de 5 km

ANNULATION DE LA COURSE

Advenant une raison majeure qui empêcherait la tenue de la compétition, l'annulation de la course sera annoncée au plus tard le vendredi 10 janvier 2020 sur le site internet du Centre Plein-Air Bec-Scie.

<http://becscie.rivieramars.com>

REMISE DES DOSSARDS

Les dossards seront remis le matin même de la course entre 8h30 et 9h30. Ils devront être rendus à la fin de la course. Le compétiteur qui ne remettra pas son dossard à la fin de la course devra déboursier des frais de 40.00\$ pour le remplacement de celui-ci. Une déclaration de non-responsabilité devra être signée à la remise du dossard.

REMISE DES MÉDAILLES

Il n'y aura pas de remises de médailles, seulement des podiums pour les 3 premiers de chaque catégorie.

POLITIQUE DE FARTAGE

L'Association régionale Ski de fond Saguenay Lac St-Jean applique la politique de Ski de fond Québec et de Nordiq Canada sur la limitation du fluor. Cette année, en guise de transition, elle sera appliquée seulement chez les jeunes (U18 et moins). À compter de l'an prochain, cette politique s'appliquera à tous, tel que prescrit par Nordiq Canada pour toutes courses de niveau 2-3 (provinciale-régionale)

Saison 2019-2020

U18 et moins : politique de limitation du fluor en vigueur (lire plus bas)

U20, Senior et Maître : aucune restriction sur l'utilisation du fluor (année de transition)

Fart interdit et permis :

- Les farts de glisse hautement fluorés (HF) et moyennement fluorés (MF), y compris les poudres, rondelles, blocs et liquides HF ou MF ne sont PAS autorisés.
- Les additifs et durcisseurs en poudre par temps froid ne sont PAS autorisés.
- Les poudres d'adhérence ne sont PAS autorisées.
- Les restrictions sur le fluor ne s'appliquent pas aux farts de retenue (« grip wax » en anglais).
- Tous les produits permis se trouvent sur cette liste publiée par Ski de Fond Québec : http://skidefondquebec.ca/sites/default/files/docs/farts_permis_sfq_4dec2019.pdf