



AVIS DE COURSE

Mont-Ste-Anne

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

5 janvier 2013

Organisée par	Club nordique Mont-Sainte-Anne
Sanctionnée par	Ski de fond Québec
Lieu	Rang St-Julien St-Ferréol- les- Neiges
Personnes responsables	Directeur de l'épreuve : Aiseur technique : Francine Laforce Bisson Chef de stade et de piste: Chef de chronométrage électronique : Frédéric Cantin Secrétaire d'épreuve : Chef contrôleur :
Jury	Aiseur technique : Francine Laforce Bisson Directeur de l'épreuve : Entraîneur :
Programme des compétitions	Voir documents annexés. Courriel : clubnmsa@hotmail.com Site web http://www.clubnordiquemsa.ca/



Admissibilité

Les compétiteurs doivent détenir une licence de course provinciale ou encore se procurer une licence d'un jour **provinciale** lors de leur inscriptions sur zone 4. 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.

Catégorie Fille	Année de Naissance	Catégorie Garçon	Année de Naissance
Atome fille	2004 - 2007	Atome garçon	2004 - 2007
AF 1	2006-2007	AG 1	2006-2007
AF 2	2005	AG 2	2005
AF 3	2004	AG 3	2004
Pee wee fille	2001-2003	Pee wee garçon	2000-2003
PF 1	2001	PG 1	2003
PF 2	2000	PG 2	2002
PF 3	1999	PG 3	2001
PF 4	1998	PG 4	2000
Midget fille	1999-2000 (2001)	Midget garçon	1998-1999 (2000)
MF 1	2000*	MG 1	1999*-2000*
MF 2	1999*	MG 2	1998
Juvénile fille	1997-1998	Juvénile garçon	1997 (1998)
JVF 1	1997*	JVG	1997*-1998
JVF 2	1998*		
Junior (B) fille	1995 - 1997	Junior (B) garçon	1995 - 1996
JB F 1	1996-1997	JBH 1	1996
JB F 2	1995	JBH 2	1995
Junior (A) Femme	1993-1995	Junior (A) Homme	1993-1995
JAF 1	1994-1995	JAH 1	1994-1995
JAF 2	1993	JAH 2	1993
Senior U23 dame	1990 - 1992	Senior U23 homme	1990 - 1992
Senior dame	1982 - 1989	Senior homme	1982 - 1989
Maître dame	1981 et avant	Maître homme	1981 et avant
Maître F 1	1981-1972	Maître H 1	1981 à 1972
Maître F 2	1971 à 1962	Maître H 2	1971 à 1962
Maître F 3	1961 à 1952	Maître H 3	1961 à 1952
Maître F 4	1951 à 1942	Maître H 4	1951 à 1942
Maître F 5	1941 et -	Maître H 5	1941 et -

Volet paranordique

skieurs assis ou skieur debout volet relève et volet compétitif

***Catégorie des Jeux du Québec 2013 midget F et G 1999-2000
juvénile F et G 1997-1998**

Frais d'inscription

Les frais d'inscription sont de :

- \$12. pour les membres des clubs de compétition affiliés au



Circuit JH Lamontagne Sports inscrits dans les catégories Atome à Junior inclusivement

- \$15. pour les membres des clubs de compétition affiliés au Circuit JH Lamontagne Sports inscrits dans les catégories Senior et Maître et paranordique
- \$17. pour les indépendants dans les catégories d'Atome à junior
- 20.00\$ pour les indépendants dans les catégories Senior à Maître et paranordique

Inscriptions

La date limite d'inscription est fixée au mercredi 2 janvier 2013, 21h00, via zone4 uniquement (www.zone4.ca) à partir du 18 décembre

Pour ceux qui ont déjà un profil sur zone 4 valider votre no de licence SFQ car ces no ont tous été changé cette année. Pour les autres vous devez vous créer un profil.

Aucune inscription ne sera acceptée après cette échéance

Pour tous les membres des clubs du circuit possédant leurs licences SFQ, les dossards sont remis en lots à une seule personne responsable pour chaque club. Le montant total correspondant aux inscriptions d'un club reçues via zone 4 doit être payé par chèque le matin de la course au club hôte et ce peu importe si les athlètes sont présents ou pas.

Tous les participants indépendants doivent payer leur inscription en ligne sur zone4.ca par carte de crédit.

Ordre de départ

Comme c'est la première course régionale, l'ordre des départs se fera par un tirage au sort les coureurs seront placés sur la ligne de départ selon l'ordre croissant des no de dossards.

Annulation de la course

Advenant des conditions de neige et/ou climatiques défavorables, l'annulation de l'évènement sera diffusée sur les sites Internet du club nordique MSA et de Ski de fond Québec. La décision d'annuler sera prise au plus tard le vendredi 4 janvier 2013.

Parcours et installations

Le stationnement est possible sur le site, pour les athlètes et parents. Les athlètes et les entraîneurs (es) sont responsables de



bien connaître leurs parcours. **Il y a possibilité de restauration sur place**

Remise des dossards

Samedi 5 janvier 2013, 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. Selon le nouveau modèle de catégorisation mise en place, il y aura remise de médailles pour les trois premiers de chaque catégorie. De plus, pour les catégories Atome à Midget, un certificat sera remis au premier de chaque sous-catégorie. En cas d'absence d'un récipiendaire, la médaille ou le certificat sera remis à un représentant du club.

Horaire et format des courses

Samedi, 5 janvier 2013

Style libre

Départ de masse

**Premier départ à 9h30 catégorie paranordique
10 :00 pour les autres catégories**

Salle de fartage

Chalet rang St-Julien

Premiers soins

Les premiers soins seront assumés par la Patrouille Canadienne de ski.

Services disponibles

Salle de fartage, restaurant de type casse-croûte, atelier de location et réparation de skis, boutique de ski

Information touristique

Pour renseignements supplémentaires :
<http://www.clubnordiquemsa.ca/>

Autres informations



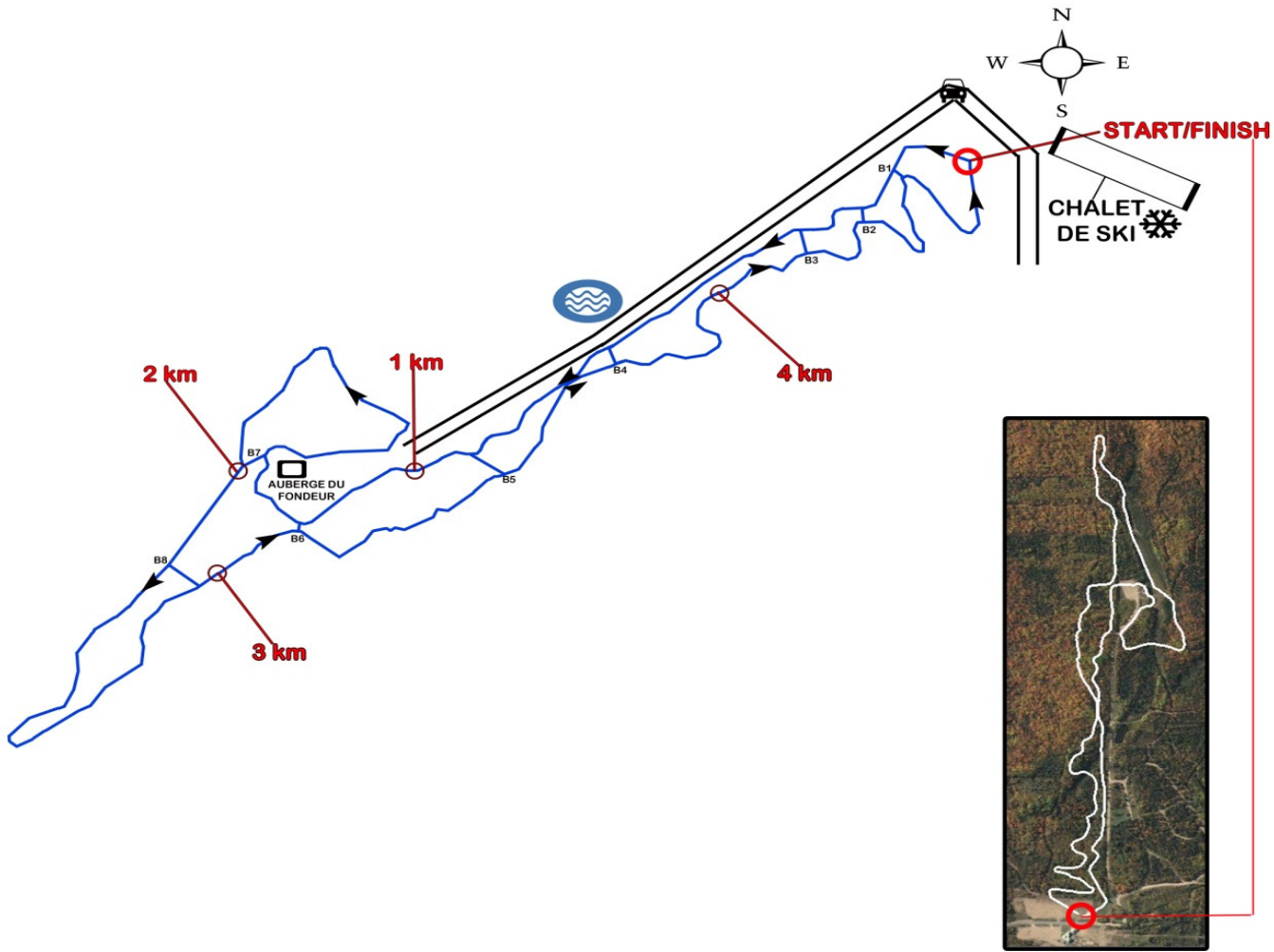
**2ième tranche du Circuit de Ski de Fond JH Lamontagne Sports
 5 janvier 2013**

A- PROGRAMME DES COMPÉTITIONS

Catégories		6/2/2010
		Style libre Distance en km
Atome	H	1 bleu
	F	1 bleu
Pee-Wee	H	1.5 rouge
	F	1.5 rouge
Midget	H	3(vert) jusqu'à l'auberge
	F	3(vert) jusqu'à l'auberge
Juvénile	H	5 jaune
	F	5 jaune
Junior B Femme	F	5 jaune
Junior A Femme	F	5 jaune
Junior B Homme	H	10 (2 x 5 jaune)
Junior A Homme	H	10 (2 x 5 jaune)
Senior, Senior U23 et Maîtres 1-2-3-4 Volet participatif	H	10 (2 x 5 jaune)
	F	5 jaune
Maîtres 5	H	10 (2 x 5 jaune)
	F	5 jaune
Volet participatif pour Sénior et Maître	H et F	
Paranordique	Relève H et F	2.5
	Compétitif	5



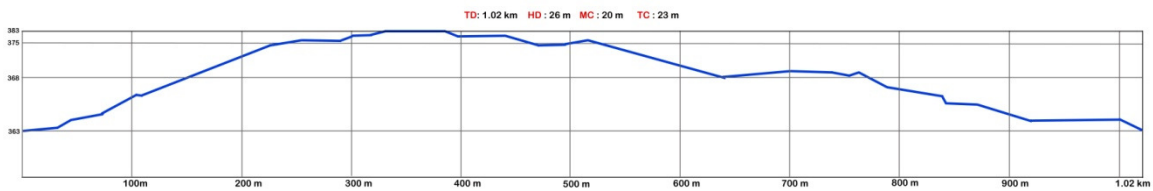
CLUB NORDIQUE MSA





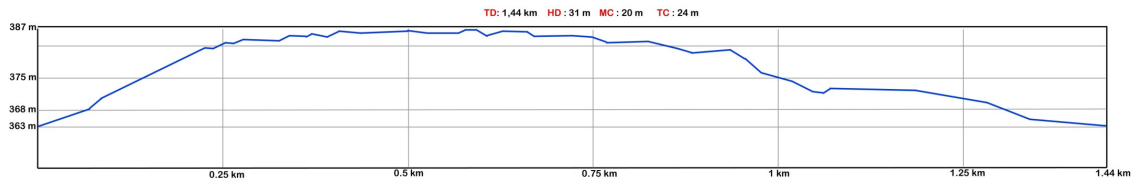
ATOME

1 km Piste bleue B3 sur la carte



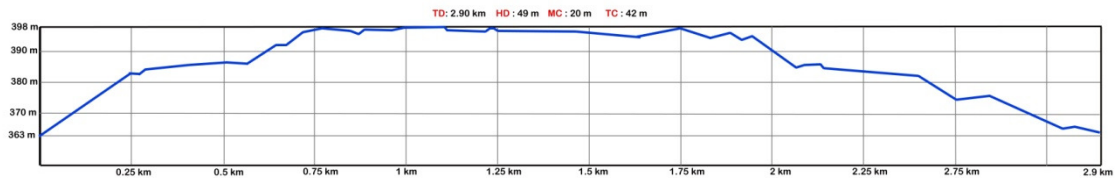
PEE WEE

1.5 Km Piste rouge vis-à-vis le 4 km sur la carte



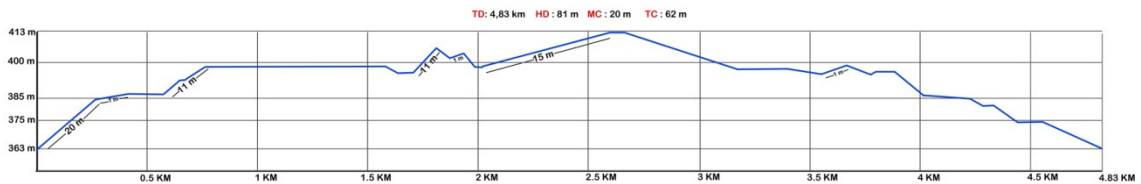
MIDGET F-G

3 km piste verte B6 sur la carte



JUVÉNILE JUNIOR B JUNIOR A SÉNIOR et MAÎTRE H ET F

5 km jaune B8 sur la carte





CLUB NORDIQUE
MSA

HORAIRE

9 :30 Départ individuel aux 30 sec

Paranordique compétitif H 5 km

Paranordique compétitif F

Paranordique relève H

Paranordique relève F

départ de masse les positions sur la ligne de départ seront tirées au hasard

10 :00 Atome G 1 km

Atome F 1 km

10:05 Peewee G 1.5 km

10:10 Peewee F 1.5 km

10:15 Midget H 3. km

10:25 Midget F 3 km

10:35 Juvénile H 5 km

10:40 Juvénile F 5 km

10:50 Junior B F 5 km

11:55 Junior A F, Senior F, maîtres F 1-2-3-4-5 5 km

11:00 Junior B H 10 km

11:05 Junior A H, Senior H, maîtres H 1-2-3-4-5 10 km