



SKIDEFONDQUEBEC.CA

# AVIS DE COURSE

## La Pomerleau

LE SKI DE FOND... UN SPORT POUR LA VIE!

Québec 



### INFOS GÉNÉRALES

**Nom de la compétition**

**Finale régionale des Jeux du Québec, 2023, Estrie**

**Club-hôte**

**Club de ski de fond Parc du Mont-Orford**

**Site**

**SEPAQ – Secteur Stukely**

**Tarif d'accès aux pistes**

**Selon SEPAQ, accès au parc et aux pistes de ski de fond**

**Adresse**

**3321 Chemin du Parc, Orford, QC, J1X 7A2**

**Dates**

**Samedi 28 janvier, 2023,  
Dimanche 29 janvier, 2023**

**Sanction**

**Ski de fond Québec**

**Admissibilité**

**Ouvert à tous.  
Pour les Jeux du Québec : années de naissance 2008, 2009 et 2010**



SKIDEFONDQUEBEC.CA

LE SKI DE FOND... UN SPORT POUR LA VIE!

Québec 



## COMITÉ ORGANISATEUR

Directeur d'épreuve  
 Secrétaire d'épreuve  
 Chef de pistes  
 Chef de stade  
 Chef des contrôleurs  
 Chef du chronométrage  
 Délégué technique

<b>CO Saint-Jean</b>
<b>Rosalie Nadeau</b>
<b>André Joly</b>
<b>Pas de stade</b>
<b>Janick Brassard</b>
<b>Nicolas Doyon et Isabel Dupont</b>
<b>Mario Champigny</b>

## PROGRAMME DES COMPÉTITIONS

Catégorie (Âge au 31 décembre 2010)	Sexe	Samedi (classique) (Départ par intervalle)		Dimanche (libre) (Départ par intervalle)	
		Distance	Heure	Distance	Heure
2010	F	2,2 km	13h30	3 km 2x1,5	13h30
2010	G	2,2 km	13h30	3 km 2x1,5	13h30
2009	F	4,4 km 2x2,2	13h40	3 km 2x1,5	13h30
2009	G	4,4 km 2x2,2	13h40	3 km 2x1,5	13h30
2008	F	4,4 km 2x2,2	13h40	5,4 km 2x2,7	13h45
2008	G	4,4 km 2x2,2	13h40	5,4 km 2x2,7	13h45
Plus Petits (2011 et +)	F	2,2 km	14h	1,5 km	14h
Plus Petits (2011 et +)	G	2,2 km	14h	1,5 km	14h
Open (2007 et -)	F	6,6 km 3x2,2	14h15	8,1 km 3x2,7	14h15
Open (2007 et -)	G	6,6 km 3x2,2	14h15	8,1 km 3x2,7	14h15



SKIDEFONDQUEBEC.CA

LE SKI DE FOND... UN SPORT POUR LA VIE!

Québec 



## HORAIRE

<b>Samedi</b>		
<b>Heure</b>	<b>Activité</b>	<b>Lieu</b>
12h	Ouverture du bureau de course pour paiement	Roulotte du club
12h30	Réunion des entraîneurs	Roulotte du club
13h	Distribution des dossards	Roulotte du club
<b>Dimanche</b>		
<b>Heure</b>	<b>Activité</b>	<b>Lieu</b>
12h	Ouverture du bureau de course pour paiement	Roulotte du club
12h30	Réunion des entraîneurs	Roulotte du club
13H	Distribution des dossards	Roulotte du club



SKIDEFONDQUEBEC.CA

LE SKI DE FOND... UN SPORT POUR LA VIE!

Québec



## **MODALITÉS D'INSCRIPTION**

<b>Frais</b>	<b>10\$ par course ou Les 2 courses pour 15\$ Payable sur place à compter de midi.</b>
<b>Inscription</b>	<a href="https://www.zone4.ca">La Pomerleau - Finale Régionale des Jeux du Québec - Estrie - 2023   Zone4.ca</a>
<b>Date limite</b>	<b>Vendredi 27 janvier 2023, 17h</b>
<b>Parcours</b>	<b>Voir cartes en annexe</b>
<b>Stade</b>	<b>Pas de stade, départ par intervalles au début de la piste 3 dans le stationnement P3 du PNMO.</b>
<b>Entraînement</b>	<b>Pistes ouvertes selon les disponibilités du PNMO.</b>
<b>Réunion des entraîneurs</b>	<b>12h30 sur place, à côté de la roulotte du Club dans le stationnement P3 du secteur Stukely du PNMO</b>
<b>Tirage au sort</b>	<b>Pas de tirage au sort, l'ordre de départ sera déterminé au hasard.</b>
<b>Remise des dossards</b>	<b>Après la réunion des entraîneurs</b>
<b>Salles de fartage</b>	<b>Conteneur du club derrière la roulotte du Club dans le stationnement P3 du PNMO.</b>

23/01/2023

**PRIX**

**Description des prix**

<b>Médailles aux trois premiers garçons et filles, peu importe leur région d'origine, pour les catégories 2008, 2009, 2010, moins de 2010, open et Plus Petits.</b>
---

**Remise des prix**

<b>Plateau des Jackrabbit dans le stationnement P3 du PNMO.</b>
---

23/01/2023

**SERVICES AUX ATHLÈTES**

**Alimentation**

**Aucun service sur place.  
Aucun accès à l'eau potable et  
aucune toilette.**

**Stationnement**

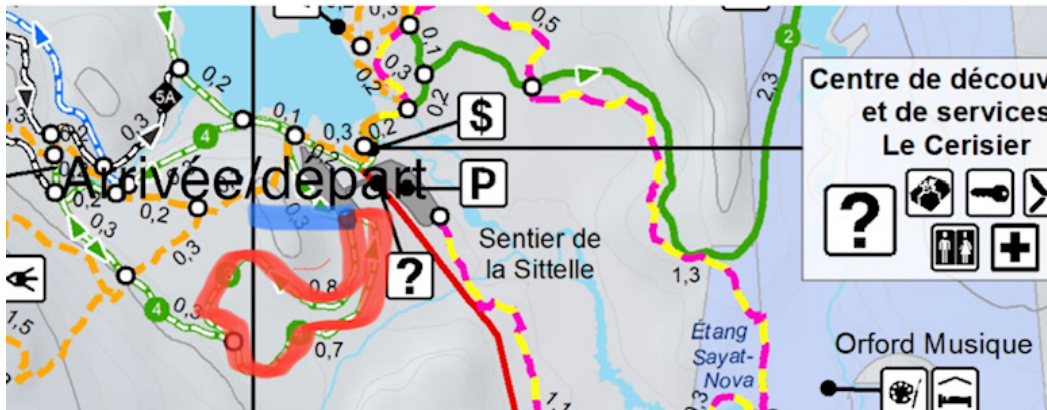
**Selon les disponibilités et les  
directives de la SÉPAQ.**

**Médical**

**Premiers soins par les intervenants  
sur place et secouristes SÉPAQ.**



Parcours 1,5 km  
Technique libre  
Sens anti-horaire

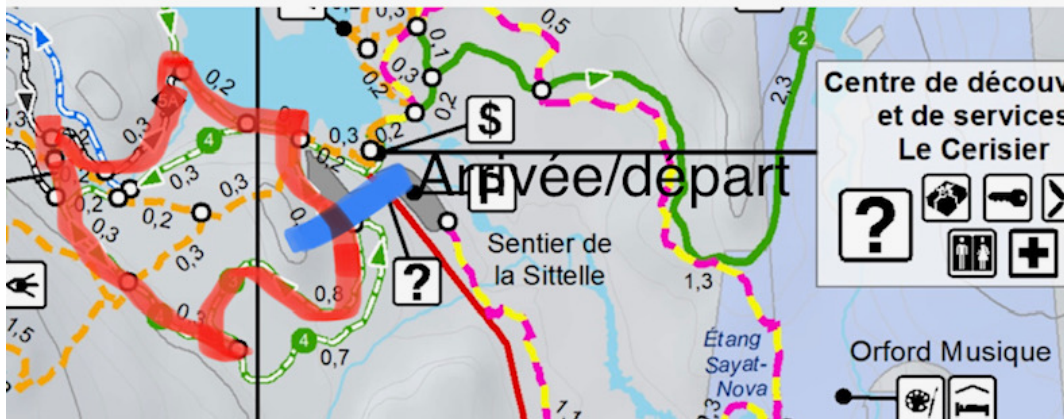


Départ sur la 3 vers la 4.  
Gauche (tout droit) sur la 4.  
Retour à l'arrivée/départ.

---



Parcours 2,7 km  
Style libre  
Sens horaire



Départ sur la 3 vers la 4.  
Droite sur la 4.  
Tout droit mais légèrement vers la  
droite sur l'AC10.  
Droite sur la 5A.  
Droite sur la 1.  
Droite sur la 3 vers l'arrivée/  
départ.