Avis de Course

Mise à jour 26 janvier 2023

Le dimanche 29 janvier 2023

Parc du Mont-Royal, Montréal

Nos partenaires

Montréal

ROSSIGNOL

CRAFT

BOUTIQUE COURIR INFINIMENT SPORT

ULLA

SFQ SKI DE FOND QUÉBEC

SPORT ET LOISIR DE L'ÎLE DE MONTRÉAL

Le Club Ski de Fond Montréal vous invite à participer à la 2e édition de la Coupe du mont Royal, au centre-ville de Montréal. Nous sommes ravis de pouvoir accueillir tous les amateurs de ski de fond au parc du Mont-Royal. Cet événement prendra la forme d'une course de ski de fond en style libre et s'adresse aux skieurs de 6 ans et plus, avec ou sans expérience de course. La distance minimale est de 1,4 km. Selon la catégorie d'âge, des frais d'inscription s'appliquent.

Date : dimanche 29 janvier 2023
Heure du premier départ : 10h30 au Parc du Mont-Royal.
À la fin des compétitions, un dernier départ sera donné pour tous les amoureux du ski de fond qui souhaitent participer à la Coupe du mont Royal.

Inscription obligatoire. Nombre limité de places.

Nous avons hâte de vous voir !

FINALE RÉGIONALE JEUX DU QUÉBEC MONTRÉAL

Ski de fond Montréal est heureux de s'associer au Club Fondeurs Laurentides pour l'organisation des Finales régionales des Jeux du Québec pour les régions: Montréal, Bourassa, Lac Saint-Louis, Laval et Laurentides. Les athlètes désirant se qualifier doivent participer aux deux épreuves suivantes :

1. Épreuve **style classique** : Coupe de Fondeurs du 28 janvier à St-Jérôme
   Consulter l'avis de course des Fondeurs ici.

2. Épreuve **style libre** : Coupe du mont Royal du 29 janvier à Montréal

Informations générales

NOM DE LA COMPÉTITON	Coupe du mont Royal
CLUB-HÔTE	Ski de Fond Montréal
SITE DE LA COMPÉTITION	Parc du Mont-Royal, Montréal, QC
ADRESSE	Monument à sir George-Étienne Cartier Avenue du Parc, Montréal, QC, H2W 1S8 https://goo.gl/maps/ZSvru1NMdDXFBbtX8
ACCÈS AUX PISTES POUR LE PUBLIC	Les sentiers seront accessibles à la clientèle régulière à partir de 14h30
DATE DE LA COURSE	29 janvier 2023 de 10h30 à 13h
PROGRAMME	Course régionale 7 à 14 ans Jeux du Québec en style libre, départ de masse. **Années de naissance : 2008 à 2015 inclusivement.** Course régionale 15 ans et plus en style libre, départ de masse. Randonnée populaire en style libre, départ de masse, sans chronométrage. **Ouvert à tous, inscription obligatoire.**
SANCTION	Ski de fond Québec
ADMISSIBILITÉ	Les participants doivent : - Avoir une licence provinciale de course (SFQ) ou acheter une licence d'un jour à 5$ au moment de l'inscription ou avoir une licence d'État (É.-U.); - Les athlètes canadiens hors-Québec doivent détenir une licence annuelle canadienne ou une licence d'un jour (SMDL).
MESURES SANITAIRES COVID-19	Les mesures sanitaires concernant la COVID-19 évoluent de jour en jour. Le comité organisateur appliquera les protocoles presquris par les autorités publiques. En cas de changements, les directives seront communiquées sur la page d'événement sur Zone 4
MESURES DE CONTINGENCE	Tout changement dans le lieu ou dans l'horaire de l'événement sera diffusé dès qu'il sera connu sur la page de l'événement sur Zone 4. Si nécessaire, une décision d'annulation ou de changement de site sera prise par le comité organisateur au plus tard le 26 janvier sur recommandation du jury. En cas d'annulation, nous rembourserons les inscriptions moins les frais engagés par le comité organisateur.

Comité organisateur

Poste	Nom
Directeur d'épreuve	Stéphane Mélançon
Secrétaires d'épreuve	Milèva Camiré
Chef de parcours	Normand Long
Chef de stade	Mathieu Arcand
Chefs des contrôleurs	Corinne Mélançon
Chef du chronométrage	Jean-Robert Quévillon et Nicolas Brouard
Responsable zone4	Jean-Robert Quévillon et Nicolas Brouard
Protocole COVID	Normand Long
Délégué technique	Mathieu Arcand
Coord. des bénévoles	Krista Leitham
Sécurité	Juan-David Leiva
Renseignements	Stéphane Mélançon Cellulaire : 514-994-8667 Courriel : smelancon@skidefondmontreal.ca Site internet : https://www.skidefondmontreal.ca
Jury	Délégué technique : Mathieu Arcand Chef de parcours : Milèva Camiré Chef des contrôleurs : Juan David Leiva

Communications	
Toutes les communications se feront par courriel. Tous les inscrits (participants, entraineurs et accompagnateurs) recevront les communications concernant l'évènement. Toutes les communications officielles se feront en français.	
Site web	https://skidefondmontreal.ca/coupe-du-mont-royal-2023/
Inscription en ligne	https://zone4.ca/event/2023/BB34A7C8/
Facebook	https://www.facebook.com/skidefondmontreal

Calendrier des activités		
Jeudi 26 janvier	23h59	Fin de la période d'inscription
Vendredi 27 janvier	23h59	Date limite pour les modifications
Samedi 28 janvier	20h00	Rencontre virtuelle des entraineurs sur Zoom (lien à venir). Liste de départ par catégorie affichée uniquement sur zone 4. Corrections de dernières minutes.
Dimanche 29 janvier	9h30	Ouverture du secrétariat
	9h45 à 10h15	Ouverture du parcours pour entrainement
	10h30	Premier départ

Programme des courses

FINALE RÉGIONALE JEUX DU QUÉBEC MONTRÉAL Départ de Masse - Style LIBRE			
Catégories	Sexe	Distance	Heure de départ
2008-2009-2010	M	4,2km (3 x 1,4km)	10h30
2008-2009-2010	F		10h32
2011-2012-2013	M	2,8km (2 x 1,4km)	10h40
2011-2012-2013	F		10h42
2014-2015	M + F	1,4km	10h50
Note : Le positionnement sur la ligne de départ sera fait par tirage au sort.			

Coupe du mont Royal Départ de Masse - Style LIBRE			
Catégories	Sexe	Distance	Heure de départ
M16-M18-M20-M23-Maîtres	F	7km (5 x 1,4km)	11h05
M16-M18-M20-M23-Maîtres	M		11h10
Note : Le positionnement sur la ligne de départ sera fait en fonction de la liste de points canadiens (LPC). Ceux qui ne sont pas sur la LPC seront classés à la suite selon un tirage au sort. Les participants qui seront inscrits en retard ne pourront pas bénéficier d'un classement préférentiel.			

Coupe du mont Royal Départ de Masse – Style LIBRE			
Catégories	Sexe	Distance	Heure de départ
6 ans et plus	MIXTE	1,4km (1 tour de la piste 7)	11h45
Note : L'ordre de départ sera géré entre les participants de façon à ce que les plus rapides soient en premier.			

Note 1 : Les heures de départ, les distances et le format de course pourraient changer en fonction du niveau de neige. Chaque personne inscrite sera informée des changements par courriel.

Note 2 : les compétitions peuvent être devancées, reportées ou annulées en raison de la température ou de conditions météorologiques défavorables ou dangereuses.

Fartage	**L'utilisation de fart fluoré ou de produits contenant du fluor est interdit. Chaque participant sera responsable de son fartage. Aucun espace chauffé ne sera accessible. Quelques prises électriques seront disponibles.** Un espace pour des remorques sera disponible. Une alimentation électrique de 15 amp sera disponible. L'utilisation de génératrice est interdite dans le périmètre du parc. Réserver votre espace avant le 26 janvier à course@skidefondmontreal.ca

Inscription

Frais d'inscription par année de naissance	Frais
De 2008 à 2015	20$
De 2002 à 2007	25$
Avant 2002	30$
Licence de course	Les participants n'ayant pas de licence de course devront acheter une licence d'un jour au coût de 5$. Ces frais seront automatiquement calculés au moment de l'inscription.

Inscription en ligne seulement	https://zone4.ca/register.asp?id=30887&lan=2 Aucune inscription sur place ne sera acceptée. Le site internet Zone4 accepte les paiements par cartes de crédit. Chaque participant doit payer ses frais au moment de son inscription. Une confirmation d'inscription sera affichée directement sur le site de zone4. Chaque participant doit également accepter les reconnaissances de risques qui accompagnent l'inscription.
Période d'inscription	Jusqu'au 26 janvier 2023 à 23h59 (heure de Montréal).
Inscription tardive	Des frais de retard de 40$ par participant seront exigés pour une inscription après le 26 janvier.
Remboursement	En cas d'annulation de l'événement, un remboursement sera effectué par le comité organisateur, moins les frais d'administration. Aucun remboursement ne sera effectué si un participant ne se présente pas.
Bénévolat	Le bénévolat est une excellente façon d'être au cœur de l'action. Si vous avez du temps à donner le 29 janvier, veuillez-vous inscrire ici.
Nous joindre	course@skidefondmontreal.ca

Parcours et stade

Le parcours empruntera le sentier de ski de fond no7 du parc du mont-Royal. Le plan du parcours et du stade figure en annexe.

Ravitaillement et collations

Chaque personne est responsable d'amener de quoi boire et manger.

Résultats

Le chronométrage officiel sera effectué avec les puces électroniques de Zone4. Les données seront gérées par Zone4. La diffusion en direct des résultats se fera sur Zone 4.

Les résultats officieux et officiels seront publiés uniquement sur Zone 4. Il n'y aura pas de tableau d'affichage.

Les protêts devront être soumis conformément au CCR 361.

Remises des médailles – Finale régionale des Jeux du Québec

Des médailles seront remises aux trois premiers pour chaque année de naissance. La remise de médailles aura lieu après chaque course, dès que les résultats non officiels seront disponibles.

Remises des médailles – Coupe du mont-Royal

Des médailles seront remises aux trois premières femmes et aux trois premiers hommes pour chaque catégorie d'âge suivante : M16, M18, M20, M23 et Maîtres. La remise de médailles aura lieu après chaque course, dès que les résultats non officiels seront disponibles.

Remise des prix de présence

Des prix de présence seront tirés au hasard parmi les participants inscrits. Les gagnants pourront réclamer leur prix au secrétariat le jour de la compétition.

Stationnements

Tous les participants et bénévoles sont invités à stationner leur voiture dans le stationnement de l'aréna Mc Connell de l'Université McGill. Une directive spécifique sera transmise par courriel à tous. Un bénévole sera présent dans le stationnement pour guider les participants.

Stationnement gratuit à l'aréna Mc Connell

Spectateurs

Les spectateurs et les accompagnateurs sont tenus de respecter les consignes de sécurité.

Premiers soins

En cas d'incident, les premiers soins seront prodigués par un intervenant. Au besoin, cet intervenant communiquera avec les ambulanciers pour avoir accès à des soins plus avancés.

Dossards

Les dossards seront distribués à une table à l'extérieur à partir de 9 h 30. Les dossards seront triés et distribués par équipe ou par club ou par participant.

Les athlètes devront déposer leur dossard dans un bac extérieur à la fin de leur course.

Des frais de remplacement de 100 $ seront facturés au club, à l'équipe ou au participant qui est responsable du dossard perdu ou manquant.

Puces électroniques (transpondeurs)

Des transpondeurs seront utilisés pour toutes les courses. Ils seront remis aux participants avant leur course près de l'aire de départ environ 15 minutes avant le premier départ de chaque course. Les athlètes placeront eux-mêmes leur puce.

Les athlètes devront déposer leur puce dans un bac extérieur à la fin de leur course.

Des frais de remplacement de 100 $ seront facturés au club, à l'équipe ou au participant pour chaque transpondeur perdu ou manquant.

Normes techniques

L'événement sera guidé par les normes techniques provenant des ICR-RCC Règlement des compétitions canadiennes 2021 de Nordiq Canada.

Fartage

L'utilisation de fart fluoré ou de produits contenant du fluor est interdit. Chaque participant sera responsable de son fartage. Aucun espace chauffé ne sera accessible. Quelques prises électriques seront disponibles.

Un espace pour des remorques sera disponible. Une alimentation électrique de 15 amp sera disponible. L'utilisation de génératrice est interdite dans le périmètre du parc. Réserver votre espace avant le 26 janvier à course@skidefondmontreal.ca

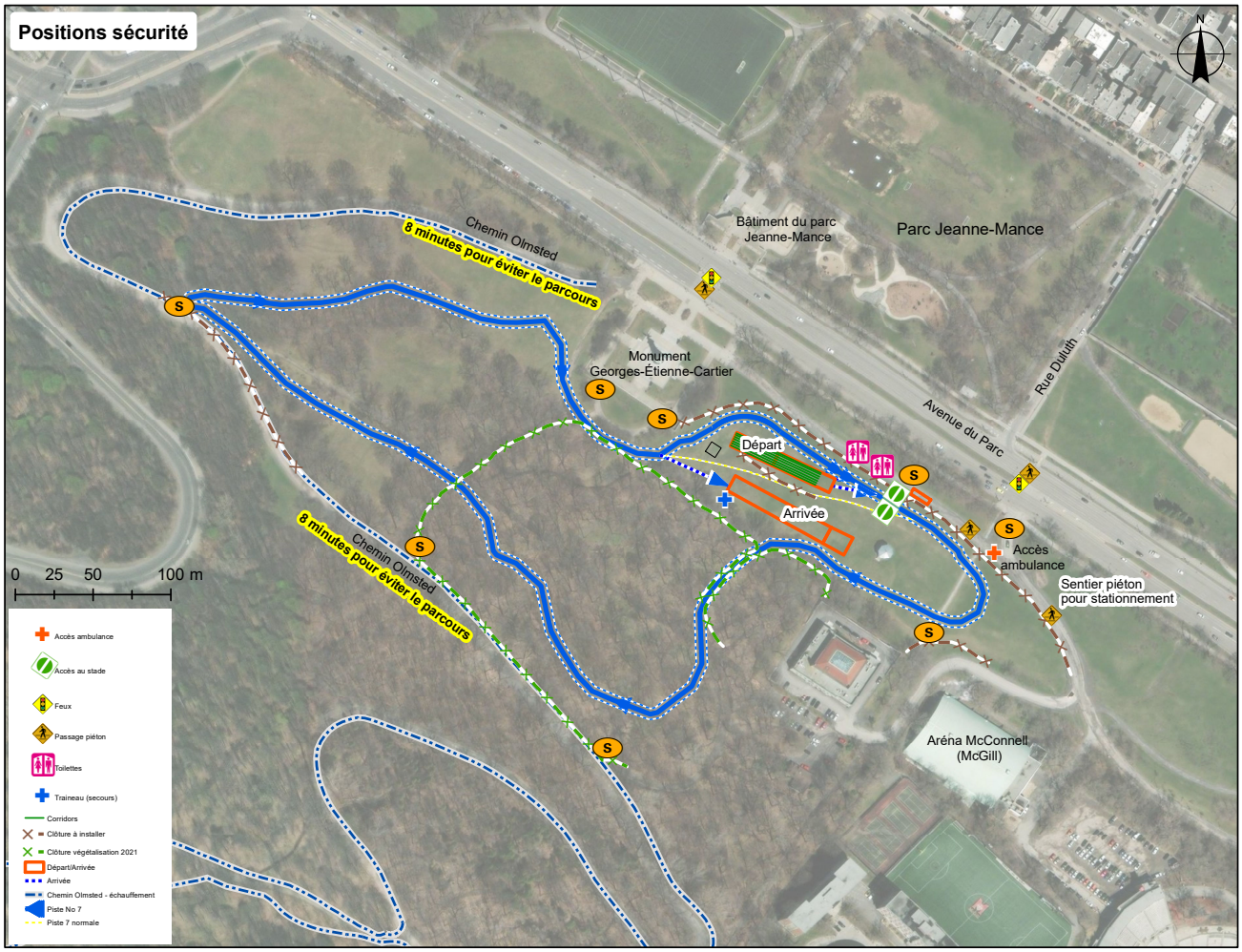
Échauffement

Le sentier de ski du chemin Olmstead pourra servir de zone d'échauffement pour les skieurs. Il est important de considérer que ce sentier demeurera ouvert au public. Tous les skieurs doivent partager cordialement le sentier.

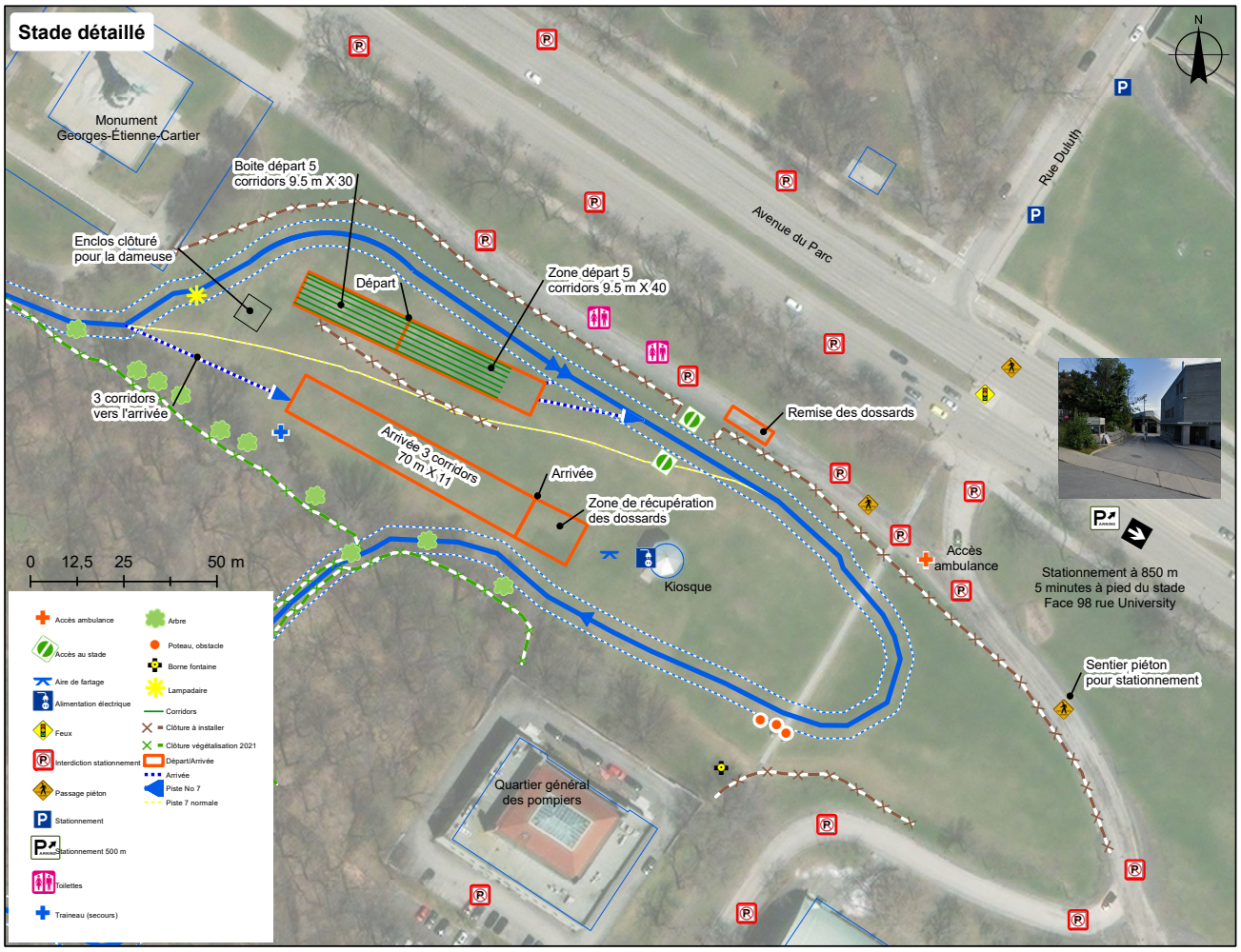
Infraction d'un participant durant la course

Une pénalité de temps sera donnée à tout participant qui ne respecte pas les règlements. Une disqualification est possible dans le cas d'un non-respect du parcours. Toutes les infractions seront soumises au jury.

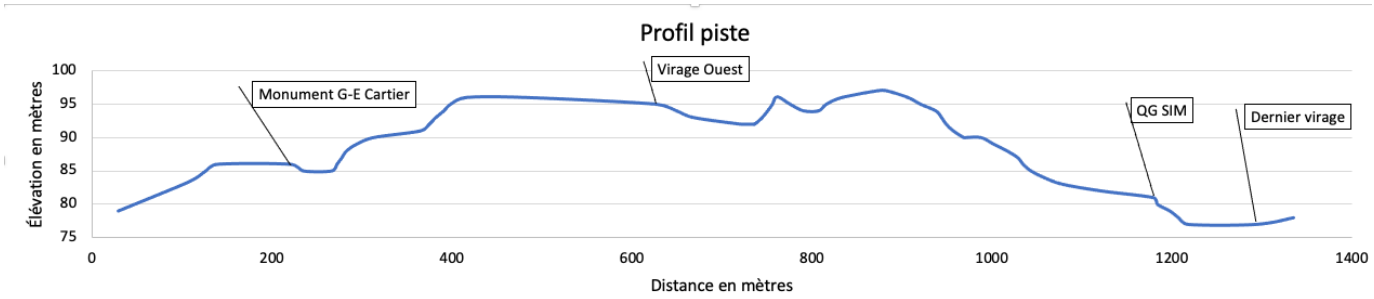
Plan du site
(version finale 26 janvier 2023)



Stade
(version finale 26 janvier 2023)



Profil du parcours



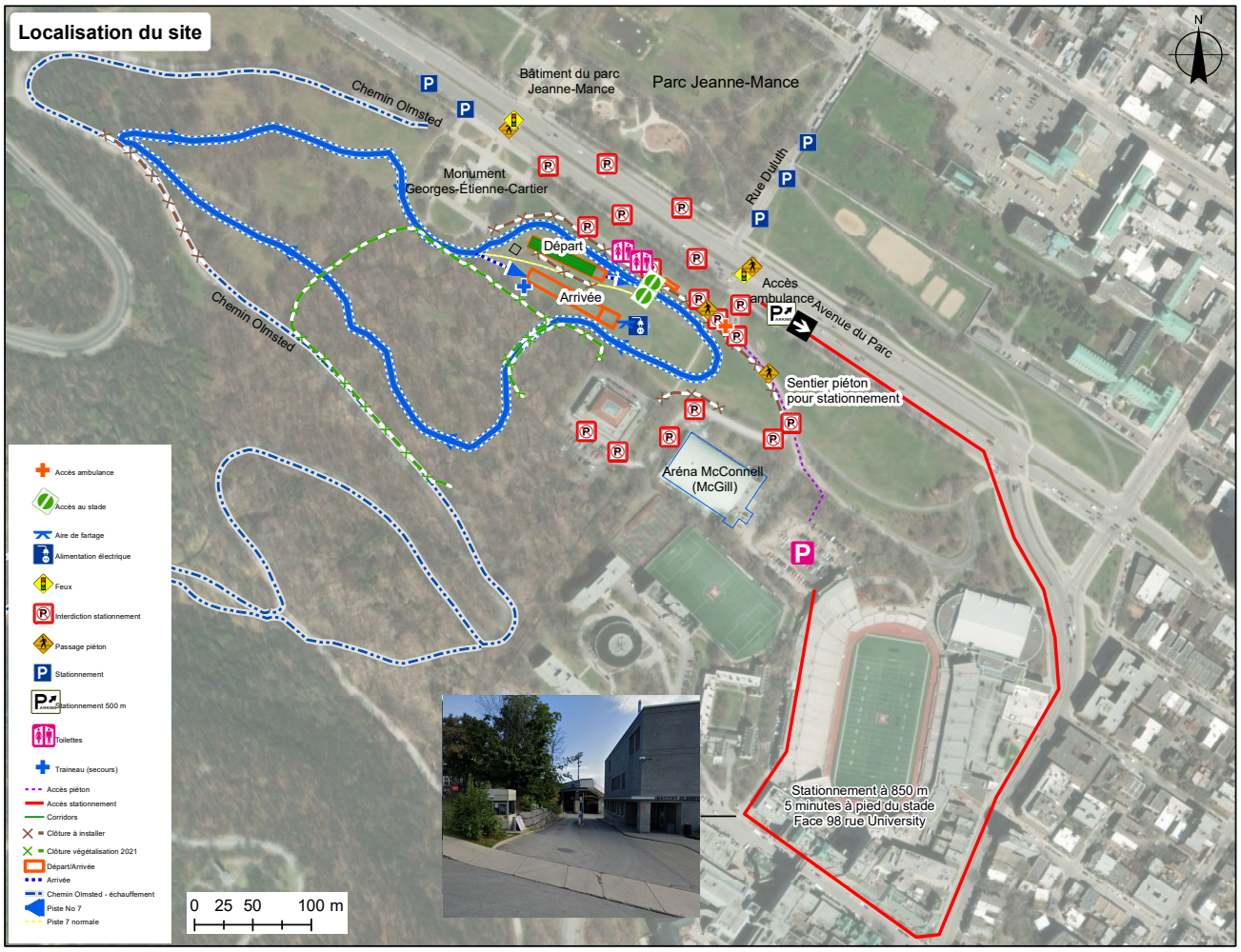
Montée totale : 26m

Montée maximum : 11m

Élévation minimum : 77m

Élévation maximum : 97m

Aire de stationnement
(version finale 26 janvier 2023)



Nos partenaires

Le comité organisateur de la Coupe du mont Royal tient à remercier les partenaires de cette première édition. Leur soutien à la communauté de ski de fond montréalaise a rendu possible cet événement.

Montréal

ROSSIGNOL

CRAFT

BOUTIQUE COURIR INFINIMENT SPORT

ULLA

SFQ SKI DE FOND QUÉBEC

SPORT ET LOISIR DE L'ÎLE DE MONTRÉAL