

JEUDI, 10 OCTOBRE 2019

# SPORT-CEPEO XC INTERMÉDIAIRE

**Quand:** jeudi, 10 octobre 2019

**Lieu:** Hornets Nest (1662 ch. Bearbrook)

Comme à chaque année, le comité de Sport-CEPEO organisera le championnat amicale Sport-CEPEO pour les élèves de l'intermédiaire. Cette dernière aura lieu lors d'une journée différente que celle des 4e, 5e et 6e années. Votre journée sera beaucoup plus agréable et un peu plus paisible!

Cela dit, les courses des élèves de l'intermédiaire auront lieu pendant l'événement «*Invitation cross-country des Rebelles*». Les élèves participeront dans la division «*Intermediate / Intermédiaire*» contre d'autres élèves du même groupe d'âge. Il est à noter qu'il n'y aura que deux courses : Filles Intermédiaires et Garçons Intermédiaires. Le tout offrira à vos athlètes un niveau de concurrence plus élevé, ainsi de meilleures performances. En se basant sur les nombres de participants de 2018 des deux rencontres, nous estimons un total approximatif de 125 athlètes par course.

Au niveau du pointage, vos athlètes pourront à la fois se classer et amasser des points aux deux rencontres. Les résultats seront compilés pour l'«*Invitation cross-country des Rebelles*» **ET** pour la rencontre de «*Course de fond Intermédiaire Sport-CEPEO*». Les résultats seront exportés pour offrir le classement pour les divisions habituel (Filles 7e, Filles 8e, Garçons 7e et Garçons 8e).

De grâce, prenez le temps de bien lire le document. Il est volumineux, mais tout y est! N'hésitez pas à communiquer avec Sébastien Lalonde ([sebastien.lalonde@cepeo.on.ca](mailto:sebastien.lalonde@cepeo.on.ca)) si vous avez des questions à l'égard du déroulement de la journée et/ou du formulaire d'inscriptions.

## DATE LIMITE D'INSCRIPTION

lundi, 7 octobre  
7pm

## PARCOURS

Sentiers d'herbe et de poussière de roches.

## INSTALLATIONS

Le dôme Hornets Nest n'est pas accessible. Toilettes chimiques sur place.

## TENTES

À être installées à l'extérieur des terrains de soccer et du parcours.

## PRIX

Rubans aux Top 10 athlètes par division + Banière pour Top 3 écoles au classement général

## CHRONO

Équipe de chronométrage  
Louis-Riel (Photo-Finish)

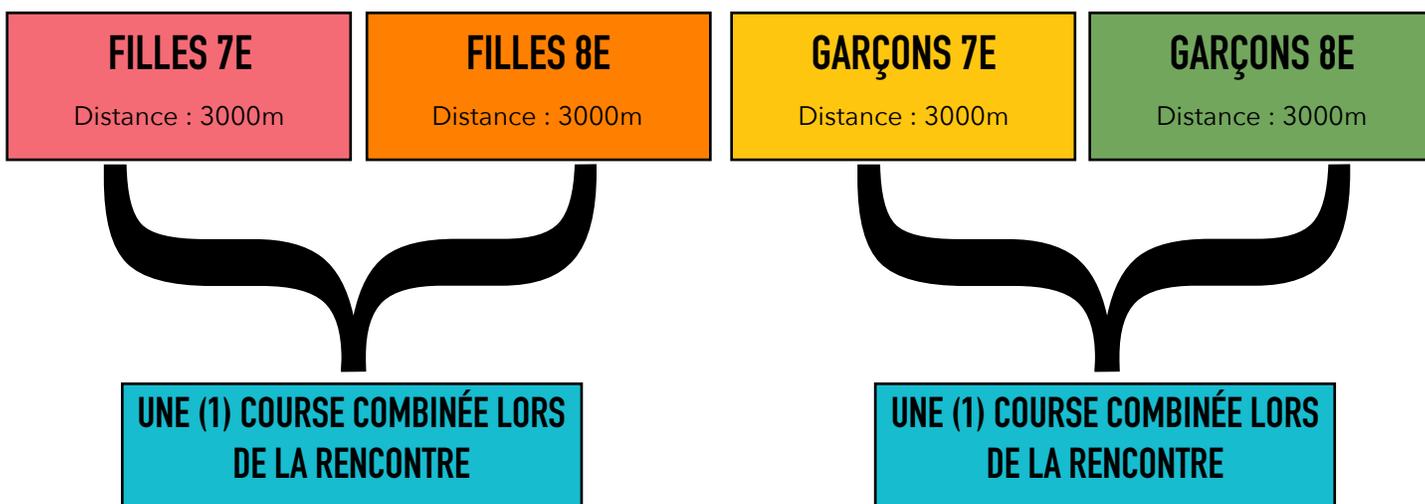
[louisrielathxc.com](http://louisrielathxc.com)

## **INFORMATIONS GÉNÉRALES:**

9h30 - Ouverture du bureau d'inscription - venez chercher votre trousse d'équipe.

10h45 - **Début des courses.** S'il-vous-plaît arriver au moins une heure à l'avance afin de ramasser votre trousse et faire la distribution des numéros de dossards à votre équipe. Si vous désirez marcher le parcours, vous devez en assumer la responsabilité.

## **DIVISIONS:**



## **DATE LIMITE D'INSCRIPTION:**

Lundi, 7 octobre (19h00) - AUCUNE EXCEPTION.

Vous **DEVEZ** utiliser le bon formulaire d'inscription (TrackieReg).

Tout autre formulaire et/ou format sera refusé.

**AUCUNE INSCRIPTION NE SERA ACCEPTÉE EN DATE DU  
7 OCTOBRE, 19H01.**

**AUCUNE EXCEPTION.**

### **POINTAGE D'ÉQUIPE:**

- Le pointage sera déterminé en additionnant les positions d'arrivée des Top 5 athlètes d'une même équipe (et division).
- Les points seront attribués selon la position finale des athlètes. (p.ex.: Première position = 1pts, deuxième position = 2pts (...) trentième position = 30pts, etc.). L'équipe ayant le pointage le plus bas remporte les honneurs. (Le meilleur pointage possible d'une équipe serait 15pts (1+2+3+4+5)).
- Si votre école inscrit moins que 5 athlètes dans une division, ces athlètes seront exclus du pointage.
- S'il y a égalité lors d'une même course, le tout sera brisé selon la meilleure position du coureur #6 des écoles affectées par l'égalité.
- Les coureurs d'une même équipe qui ne terminent pas parmi les 5 premiers seront identifiés comme « *pousseur* », voulant dire qu'ils ne compteront pas dans l'attribution du pointage. Les points seront donc décaler d'une position pour chacun des « *pousseur* ».

### **POINTAGE PAR ÉCOLE:**

Afin de remporter le titre d'équipe championne et/ou meilleure équipe, le pointage suivant sera attribué aux écoles selon leur positionnement d'équipe final par course.

Une 1ère position donne 10pts à l'école.

Une 2e position donne 8pts à l'école.

Une 3e position donne 6pts à l'école.

Une 4e position donne 5pts à l'école.

Une 5e position donne 4pts à l'école.

Une 6e position donne 3pts à l'école.

Une 7e position donne 2pts à l'école.

Une 8e position donne 1pt à l'école.

L'équipe ayant accumulée le plus de points remportera la bannière.

### **RÉSULTATS:**

Les résultats seront envoyés par courriel aux entraîneurs à la fin de la compétition et seront affichés lors de la compétition près du patio/terrace des locaux des Hornets.

### **SPECTATEURS:**

On demande aux spectateurs de ne pas toucher aux installations du parcours (cordes, poteaux, piquets, drapeaux et autres).

**SURVEILLANCE:**

- Chaque groupe scolaire devra être accompagné de quatre adultes (enseignants(es), stagiaires, éducateurs/éducatrices, parents) pour accomplir les tâches suivantes:
  - surveillance de son groupe dans l'aire d'installation assignée (1)
  - surveillance de son groupe au départ et à l'arrivée (2)
  - surveillance sur le parcours (1)
- SVP respecter le ratio adultes/enfants (1:15) en vigueur lors de la sortie.
- **Chaque école est responsable d'apporter sa trousse de premiers soins ET d'apporter leur(s) sac(s) de poubelle pour assurer la propreté de leur site.**

**TRANSPORT:** Rappel: Chaque école est responsable de la réservation et des coûts liés au transport.

**DIVERS:**

- Vous serez en mesure de prendre vos trousse d'équipes dès votre arrivée à la table d'information situé près de l'arrivée.
- Ce trousse comprendra:
  - Liste d'athlètes (indiquant quel numéro de dossard doit être remis à vos athlètes.)
  - Numéros de dossards
  - Épingles
- Il est impératif que tous les athlètes porte le **bon** numéro de dossard. Ce dernier **doit être épinglé à l'avant**.
- Tout athlète qui franchi la ligne d'arrivée sans dossard n'aura pas de chrono/résultats (sans exception!).
- Le Dôme du Hornets Nest ainsi que leur salle de réunion seront hors limite pour tous (athlètes, entraîneurs, spectateurs).
- Il y aura des toilettes portables sur le site de la rencontre.
- Chaque équipe est responsable d'amener sa propre trousse de premier soins.
- En cas de température extrême ou d'urgence majeure, le Dôme @ Louis-Riel sera disponible.
- On demande aux équipes de s'installer le moins possible sur les terrains de soccer.
- **AUCUN BALLON, FRISBEE OU AUTRE OBJET DU GENRE PRÈS DE LA LIGNE D'ARRIVÉE / AIRE DU PHOTO-FINISH. L'OBJET SERA CONFISQUÉ SANS AVERTISSEMENT.**

**À IMPRIMER:**

SVP imprimer la fiche d'information d'urgence, la remplir et la donner à Sébastien Lalonde à la table de photo-finish dès votre arrivée. Suite à la réception de ce document, nous vous remettrons votre trousse d'équipe.

## **PROCÉDURES DU DÉPART:**

Les athlètes devraient être à la ligne de départ **15 minutes** avant leur temps de départ. Les athlètes devraient être vêtus de leur chandail d'école et avoir leur numéro de dossard épinglé à **L'AVANT** de leur maillot de course.

Une fois dans l'aire de départ, le starter donnera les avis de départ suivant:

2 coups de KLAXON À AIR = 10 minutes au signal de départ

1 coup de KLAXON À AIR = 5 minutes au signal de départ  
(Tous les athlètes devraient enlever leur linge d'échauffement à ce moment.)

Coups rapides et multiples de SIFFLET = 1 minute au signal de départ

## **LE DÉPART:**

Le starter sera situé à 50m de la ligne de départ, devant les athlètes. Un drapeau blanc sera levé, indiquant qu'il ne reste que 15 secondes avant le départ. Le départ sera donné par un **long coup de KLAXON À AIR**. Si un ou des athlètes tombent dans les premiers mètres du départ, une série de coups de sifflet ET de klaxon à air se fera entendre. Les athlètes devront retourner au départ afin de recommencer le tout.

Le parcours sera très bien identifié par des clôtures de cordes et des drapeaux ROUGES et VERT LIME. **RED LES DRAPEAUX ROUGES SERONT À LA DROITE DES COUREURS** tandis que les **DRAPEAUX VERTS SERONT À LA GAUCHE DES COUREURS**. Il demeure la responsabilité de l'athlète de connaître le parcours.

## **HORAIRE DE LA JOURNÉE**

10h30 - Réunion des entraîneur sur le patio.

10h45 - FILLES INTERMÉDIAIRES (3000m)

11h25 - GARÇONS INTERMÉDIAIRES (3000m)

12h05 - FILLES VARSITY JUNIOR (9e & 10e) (4000m)

12h35 - GARÇONS VARSITY JUNIOR (9e & 10e) (4000m)

13h05 - FILLES VARSITY SENIOR (11e & 12e) (6000m)

13h40 - GARÇONS VARSITY SENIOR (11e & 12e) (6000m)

\*Vous êtes les bienvenues à rester et regarder/encourager les élèves du secondaires.

Les résultats finaux seront affichés approximativement entre 12h30 et 13h00.