

# Guide d'organisation Courses régionales

Complément du guide de la FQSC

Association régionale de vélo  
de montagne Québec  
Chaudière Appalaches  
Mai 2014

## Mise en contexte

La fédération québécoise des sports cyclistes (FQSC) a produit un guide d'organisation pour une épreuve de niveau régional et provincial en vélo de montagne. L'objectif de ce guide est de venir en aide aux divers comités organisateurs afin de leur permettre de développer et de réaliser un évènement en vélo de montagne tout en respectant un standard de qualité et veiller au respect des principes de développement à long terme des athlètes et à leur sécurité.

L'Association régionale de vélo de montagne Québec Chaudière Appalaches (ARVMQCA) a résolu de prendre ce guide comme document référence pour l'organisation d'une épreuve régionale. Voici le lien pour obtenir ce guide. <http://www.fqsc.net/general/organisateurs>.

Le présent document destiné aux organisateurs de courses régionales est un complément du guide produit par la FQSC, il a comme but de vous présenter les différentes caractéristiques du circuit régional Québec Chaudière Appalaches.

## Services offerts aux organisateurs d'évènements par l'ARVMQCA

Les différents services sont les suivants :

- Système de chronométrage
- Système de son
- Plaques pour les coureurs
- Ruban de participation pour les bibittes
- Formulaire d'inscription sur place
- Outils pour l'entretien des sentiers – sur demande
- Coordination du calendrier régional et attribution des courses
- Via le site internet [WWW.vmqca.qc.ca](http://WWW.vmqca.qc.ca)
  1. Identification de l'évènement au calendrier régional
  2. Résultat par course et cumulatif annuel

### Types d'épreuves et la durée (Voir FQSC page 12 à 15)

Difficulté : Comme pour les épreuves de Coupe Québec de cross-country, les parcours doivent être développés afin d'intégrer les formats de cross-country olympique, classique et de développement. Il faut garder à l'esprit que le circuit régional est un circuit de développement, qui implique le plus bas niveau de difficulté des événements au Québec. Le *niveau de difficulté devrait être inférieur en début de saison* et augmenter peu à peu en cours de saison. Le niveau de difficulté doit être adapté à l'âge et au calibre des différents départs.

Durée : La durée de la course doit être en fonction des temps en vigueur pour les Coupes Québec (Circuit provincial). Par contre, en début de saison, le temps préconisé est la durée minimum et en cours de saison la durée augmentera graduellement afin d'atteindre les temps maximaux à la fin de la saison. Il est de la responsabilité de l'organisateur de connaître et de donner au commissaire en chef le temps au tour pour chaque catégorie.

Longueur : Dame Nature nous amène des surprises, il est donc important de prévoir des alternatives de parcours en cas de pluie (raccourcir les parcours) dans le but de respecter la durée de course. En utilisant un parcours plus court il est beaucoup plus facile de diminuer le nombre de tour.

## Épreuves bibittes/coccinelles

Pour les tous petits, il y a 2 types d'activité : une simulation de course et un parcours d'habileté. Le parcours de course (maximum 500 mètres) doit présenter quelques difficultés inhérentes à notre sport et être visible par les parents. N'oubliez pas, le parcours doit être réalisable par les tous petits, plusieurs en seront à leur première expérience. Les terrains doivent être à l'abri de toute circulation susceptible de nuire à la sécurité des enfants ainsi qu'à l'activité. Ce parcours doit être à l'extérieur des parcours des catégories supérieures (atome et +).

## Sanction d'une épreuve (Voir FQSC page 25)

L'ARVMQCA n'attribue pas de sanction, c'est le rôle de la FQSC, mais elle coordonne les étapes suivantes dans le processus d'attribution de sanctions régionales lors d'une assemblée en début février.

- Établir et présenter un projet de calendrier préliminaire en fonction des courses planifiées au niveau provincial (FQSC) et national (ACC).
- Accepter les mises en candidature pour l'obtention d'un évènement régional. La priorité est donnée aux clubs de développement.
- Coordonner le tirage au sort. Parmi les organisateurs, un tirage au sort est fait pour l'obtention d'une date d'évènement.
- Discussion et période d'échange possible afin d'accommoder certains organisateurs.
- Accepter par vote le calendrier final.

Les membres et/ou les clubs ont le pouvoir de changer le processus de sélection lors de cette assemblée. Le tout se fait de façon démocratique.

**Important :** Les organisateurs ont l'obligation de faire une demande de sanction auprès de la FQSC pour organiser l'évènement. Le directeur de course doit détenir une licence d'organisateur. (Voir fiche mémoire page 40 du guide de la FQSC)

## Frais sommaires encourus pour l'organisation d'événement (voir page 29 guide)

### Épreuve Régionale

Sanction de La FQSC	75 \$	Inclut assurance 5 000 000\$ (voir guide FQSC)
Licence organisateur	65 \$	
Chronométrage	0 \$	Fourni par ARVMQCA
Royautés de l'ARVMQCA	1.25\$/participant. <b>Les bibittes et coccinelles sont exclues du calcul</b>	Payable lors de l'événement (voir note1)
Plaques	5\$/participant <b>SAUF</b> pour les bibittes et coccinelles c'est gratuit	Payable lors de l'événement (voir note1)
Ruban de balisage	17 \$	En vente à la FQSC
Rémunération commissaires	Voir tableau # 4 page 31 du guide FQSC	Le tarif utilisé est le même que les coupe du Québec – voir note 2
Prix à remettre	Médailles aux trois premiers pour les catégories suivantes (Atome F-M, Pee-Wee F-M, minime F-M, Cadet F-M)  Bibittes : Ruban. Pour cette catégorie, les rubans sont fournis par L'ARVMQCA	
Bourses	0 \$	Pas de bourses

Note 1 : Payable en argent ou par chèque à l'ordre ARVMQCA, à la fin de l'événement à Madame Véronique Bernard (Chronomètre). Une facture vous sera fournie à titre de reçu.

Note2 : Commissaires requis pour le bon fonctionnement des courses :

- Course #1 ,2 et 3 : 4 commissaires
- Autres courses : 3 commissaires

## Frais d'inscription pour les participants

Catégories	Prix	Commentaires
Bibittes	5 \$	
Atome	10 \$	
Récréatif	10 \$	
Autres catégories	15 \$	
Plaques	5 \$	Gratuit pour les bibittes et coccinelles
Remplacement - plaques cassées/brisées	5 \$	Pour en obtenir une autre
Licence d'évènement	FQSC - voir commissaire	

Comme vous pouvez le constater, le guide de la FQSC est très bien détaillé, efforcez vous à respecter les exigences 1 et 2. Malgré le fait que la plupart des organisateurs ont une bonne expérience dans l'organisation d'évènements (courses) régionaux, dans les prochaines pages, nous voulons attirer votre attention sur des points qui sont d'une importance cruciale pour le déroulement de la journée.

## Articles que vous devez récupérer lors de la course précédente

- Système de son et extensions
- Tente pour les chronométreurs

## Horaire d'une course régionale

L'horaire est déterminé en début de saison et s'applique à toutes les courses du circuit régional de Québec Chaudière Appalaches. Voir annexe 1.

## Parcours

- *Si possible*, le balisage complet du parcours doit être fait 24 heures avant l'évènement et permettre la reconnaissance de parcours.
- Le parcours doit être approuvé par une visite du délégué technique de l'AVMQCA dans la semaine précédant l'évènement, Gilles Morneau et/ou Mario Turgeon et/ou Pierre Gendron doivent être contactés à cet effet dès que le parcours est prêt (mais pas nécessairement balisé, car présence d'un responsable de l'organisation).

- Les parcours doivent respecter les temps de course pour chaque catégorie
- Avoir des alternatives de parcours en cas de changement de dernière minute (Intempérie, demande du commissaire, etc.)
- Avoir suffisamment de bénévoles pour modifier le parcours à la dernière minute et /ou changement de catégories.
- Préparer la zone de départ, d'arrivée et chronométrage
- Degré difficulté en fonction de la période de la saison
- Baliser le parcours des bibittes

Note : Pour circuler dans le parcours (le jour de la course) avant la tenue de la première course (reconnaissance), il faut que l'athlète ait sa plaque de course. Dans les autres cas, il faut avoir une plaque «coach» provinciale ou régionale. Toute personne qui circule dans le parcours en vélo doit avoir une licence de la FQSC.

## Communication

- Avoir suffisamment de radios pour communication avec les différents responsables de l'organisation
- Fournir aux commissaires leur propre radio. De plus, le directeur de course doit être en tout temps en communication avec le commissaire en chef avec une radio pour communiquer ensuite avec son équipe sur le terrain.

## Animation et système de son

- Tester le système de son avant la course (celui de l'ARVMQCA)
- Protéger le système des intempéries, c'est votre responsabilité
- Vérifier l'état des composantes en utilisant la fiche de vérification collée dans le couvert de la console.

## Premiers soins

- Présence de secouristes sur le parcours
- Avoir un endroit identifié pour les premiers soins avec un secouriste qualifié
- Avoir suffisamment de trousse de premiers soins.

## Bureau d'inscriptions et procédures

Tout au long de la saison, la période d'inscription est d'une importance capitale pour le déroulement de la journée, c'est le point de départ, il faut être alerte et sans bavure.

- Prévoir 3 à 4 bénévoles sauf en début de saison prévoir plus de bénévoles – remise des plaques
- Le lieu des inscriptions ne doit pas être pas trop loin de l'aire d'arrivée et/ou départ sinon prévoir un bénévole supplémentaire pour transmettre les formulaires d'inscription au responsable du chronométrage.
- La salle doit être prête avant le début des inscriptions.
  - Placer les tables en deux rangées, une pour les bénévoles qui reçoivent les inscriptions, l'autre derrière pour les boîtes de plaques.
  - Identifier les tables d'inscription selon les différentes catégories avec des affiches visibles.
  - Disposer les plaques par catégories à l'arrière de la table d'inscription
  - À l'avant de la table d'inscription, disposer une table pour les commissaires et une table où vous disposerez les formulaires d'inscription et des stylos.
- Débuter les inscriptions à l'heure prévue et ne prendre aucune inscription avant l'ouverture officielle

### Matériel nécessaire

- **Ty-rap** (Prévoir 3 par plaques)
- Stylos (pour les formulaires d'inscriptions et pour les bénévoles)
- Marqueurs fluo
- Feutres noirs (gros) 2-3
- Petite caisse avec beaucoup de monnaie
- Règles (2-3)
- Ruban adhésif
- Enveloppes
- Ciseaux
- Élastiques pour l'argent
- Affiches pour identifier les tables
- Prévoir 6 tables
  - 1 pour les formulaires
  - 1 pour les inscriptions Atomes et pee-wee
  - 1 pour les inscriptions des bibittes
  - 1 pour les inscriptions des autres catégories
  - 1 pour les commissaires FQSC
  - 1 pour les boîtes de plaques
- L'horaire de la journée
- Si possible carte du parcours

### Matériel fourni par l'ARVMQCA

- Boîtes de plaques par catégories
- Formulaires d'inscription



- Rubans pour les bibittes
- Bracelets

**Note** : Le tout vous sera acheminé le matin de la course par le responsable du chronométrage et/ou la commissaire.

### Procédure d'inscription

En premier lieu, l'athlète

- Remplit son formulaire et le signe
- Passe à la table de la FQSC (Commissaire), présente sa licence et sa plaque pour se faire identifier. Si pas de licence, il devra s'en procurer une au prix régi par la FQSC-, 2 options s'offre à lui :
  - Licence d'un jour
  - Licence permanente
- Présente sa feuille d'inscription
- Paye les frais d'inscription et de sa plaque s'il y a lieu
- Met le bracelet visiblement à son poignet (preuve de paiement)

Pour les préposés à l'inscription

1. Lorsque que le coureur se présente à la table, prendre son formulaire
2. S'assurer qu'il a rempli toutes les informations
3. S'assurer qu'il a l'estampe de la fédération sur son formulaire ou sur sa main
4. Si le coureur a déjà sa plaque, s'assurer que le numéro de plaque est inscrit et identique dans la case appropriée (en haut du côté droit du formulaire)
5. Si nouveau coureur, lui remettre une plaque *et vous devez inscrire son numéro à la case appropriée et entourer le numéro de plaque en fluo.*
  - Si la case LICENSE PERMANENTE est cochée, lui remettre une plaque en fonction de sa catégorie. *Ne pas oublier de lui charger 5\$ pour la plaque sauf pour les bibittes*
  - Si la case LICENSE D'UN JOUR est cochée, lui remettre une plaque d'un jour. *Il devra déboursier 5\$ mais pourra être remboursé à la fin de la course s'il remet sa plaque.*
6. Pour un coureur qui a perdu ou brisé sa plaque, vous lui remettez une nouvelle plaque avec un nouveau numéro. Bien important d'inscrire son nouveau numéro dans la case appropriée et d'encercler en fluo. Des frais de 5\$ lui seront chargés pour le remplacement.
7. Si un coureur a moins de 18 ans, le formulaire doit être signé par un adulte.
8. Faire payer le coureur et inscrire «PAYÉ» dans le haut à gauche de son formulaire.

9. Remettre 3 ty-rap au coureur.
10. Remettre le formulaire complété dans une pile qui devra être apportée au responsable du chronométrage.
11. Les inscriptions se terminent 30 minutes avant le départ de la catégorie. Par exemple, le départ des Atome et pee-wee est à 9 heures, les inscriptions doivent fermer pour 8h30. Tous les formulaires doivent être rendus au responsable du chronométrage le plus rapidement possible au fur et à mesure.
12. A la fin des inscriptions, reclasser les plaques dans les boîtes, récupérer les formulaires restants, et remettre le tout au commissaire ou au responsable du chronométrage.

Note : Pour la première course de la saison, l'inscription se termine 60 minutes avant le départ. Vous devez faire approuver toute inscription de dernière minute par le responsable du chronométrage.

## Annexe 1

### HORAIRE D'UNE COURSE RÉGIONALE INCLUANT LES PODIUMS

8h00 -30 minutes avant le départ de votre course - Bureau inscription ouvert

8h00 – 8h50 Parcours XCT ouvert – reconnaissance

De 9h00 à 10h15: Bibittes et Coccinelles : reconnaissance du mini-parcours.

8h50 Appel des coureurs

#### 9h00: 1er départ

- 1<sup>ère</sup> vague : Peewee H (11---12ans)
- 2<sup>ème</sup> vague : Peewee F (11---12ans)
- 3<sup>e</sup> vague : Atome H (9---10 ans)
- 4<sup>e</sup> vague : Atome F (9---10 ans)

9h35 Appel des coureurs

#### 9h45: 2ème départ

- 1<sup>ère</sup> vague : Minime H
- 2<sup>ème</sup> vague : Minime F
- 3<sup>e</sup> vague : Novice 17 et moins H et F

#### 10h15 : 3e Départ : Bibittes et coccinelles dans leur mini-parcours

10h45:

- Reconnaissance du parcours
- Remise des médailles des 2 premiers départs

#### 11h30: 4ème départ

- 1<sup>ère</sup> vague : Sport 17---29 H, Maître Sport 30---39 H, Maître Sport 40 et +H
- 2<sup>ème</sup> vague : Cadets Sport H
- 3<sup>ème</sup> vague : Cadet F, Sport 17+ F
- 4<sup>ème</sup> vague : Novices 18 et plus H et F

13h05 Appel des coureurs

#### 13h15: 5ème départ

- 1<sup>ère</sup> vague: Senior Élite H, Senior Expert H, Expert 15 ---18 H
- 2<sup>ème</sup> vague : Maître Expert (30---39H) (40---49H) (50+H)
- 3<sup>ème</sup> vague : Senior Élite F, Expert 17+ F

13h 25: Remise des médailles du 4e départ

14h45 : Remise des médailles du 5e départ