

Guide d'organisation Courses régionales

Complément du guide de la FQSC

Association régionale de vélo
de montagne Québec
Chaudière Appalaches
Mai 2018

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. <https://fqsc.net/files/montagne/Guide-organisation-VM-2018-v1.pdf>

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
 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 : Les parcours doivent être de format cross-country olympique. 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. La responsabilité de décider du nombre de tours pour atteindre les temps désirés incombe au commissaire en chef. Il est de la responsabilité de l'organisateur de connaître et de donner au commissaire en chef le temps au tour des coureurs les plus rapides 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

Une course amicale est organisée pour les enfants de 5 à 8 ans, sur un parcours facile (maximum 500 mètres), pouvant 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 (5ans), dont 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 d'année.

- 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.

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. Les bibittes et coccinelles sont exclues du calcul	Payable lors de l'événement (voir note1)
Plaques	5\$/participant SAUF 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 29 du guide FQSC	Le tarif utilisé est le même que les Coupes 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 aux responsables du chronométrage. 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	

Articles que vous devez récupérer lors de la course précédente

- Système de son et extensions
- Tente pour les chronométreurs
- Jeux d'habileté pour les bibittes

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.
- Durant la semaine précédant la course, le parcours doit être homologué par le délégué technique de l'Asso, Jonathan Cantin. Prendre RV avec lui au préalable : jonath.cantin@gmail.com
- 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 de 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

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 pour la remise des plaques et la collecte des frais d'inscriptions. 4 à 5 bénévoles lors de la 1ere course de la saison.
- 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-raps** (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 déboursé 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 au coureur un bracelet attestant son inscription et 3 ty-rap.
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 Atomes est à 10h heures, les inscriptions doivent

fermer pour 9h30. 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 (2018)

9h : Ouverture du bureau des inscriptions

10h00 : **1^e départ** : 1^e vague : Atome H

2^e vague : Atome F

10h35 : **2^e départ** : 1^e vague : Pee-Wee H

2^e vague : Pee Wee F

11h15 : **3^e départ** : 1^e vague : Minime H

2^e vague : Minime F

3^e vague : Novice 17 et moins H et F

12h00 : **4^e départ** : Courses des bibittes et coccinelles dans leur mini-parcours.

12h10: **Reconnaissance du parcours du départ 5**

12h15 : Remise des médailles des 3 premiers départs.

13h00 : **5^e départ** : 1^e vague : Sénior Elite H, 15-18 H, Maître Expert 30-39 H

2^e vague : Maître Expert 40 + H, Sénior Expert H

3^e vague : Maître Sport 30-39 H, Sport 17-29 H

4^e vague : Maître Sport 40-49 H, Maître Sport 50+

5^e vague : Cadet Sport H

6^e vague : Sénior Elite F, Femme Expert 17 +, Cadet F, Femme Sport 17+

7^e vague : Novices 18+ H-F

15h00: Remise des médailles du 5^e départ.

Exemple d'Échéancier Sommaire

Hiver-Printemps	Commentaires
<p>Assister à l'assemblée que VMQCA organise pour le choix d'une date de course</p> <p>Mise en place du comité organisateur</p> <p>Remplir demande de sanction auprès de la FQSC</p> <p>Achat d'une licence-organisateur (Directeur de course)</p> <p>Établir un organigramme avec les noms des responsables</p> <p>Faire demande d'autorisation pour l'utilisation du site de course</p> <p>Recherche de commanditaires et partenariats</p> <p>S'assurer d'avoir du stationnement adéquat</p> <p>Possibilité d'un site de camping sur place (stationnement champs...)</p> <p>S'assurer d'avoir un bloc sanitaires adéquat pour 200-300 personnes</p> <p>Présence de prise d'eau pour avoir un lave vélo ?</p> <p>Présence d'un bâtiment pour installer le bureau d'inscription ?</p> <p>Trouver un annonceur pour la journée de la course</p> <p>Assembler/Réserver une équipe de premiers soins</p>	<p>(voir FQSC)</p> <p>Si besoin de se stationner dans les rues, faire une demande d'autorisation auprès de la ville et corps policiers</p> <p>Le déterminer</p> <p>Sinon réserver des toilettes chimiques</p> <p>Pas nécessaire mais un plus</p> <p>Prévoir installation de tente(s)</p> <p>Au besoin Croix Rouge, Ambulance St-Jean, etc.</p>
Après la fonte des neiges	
<p>Validation de l'état du terrain</p> <p>Déterminer et élaborer les différents parcours</p> <p>Déterminer les alternatives de parcours en cas de pluie</p> <p>Planifier les travaux à faire pour aménagement des parcours</p> <p>Déterminer l'aires d'arrivée et de départ</p> <p>Déterminer une zone de clubs/équipes - exposants (tentes de clubs)</p> <p>Déterminer une zone de ravitaillement non loin de l'arrivée</p> <p>Déterminer Zone de premiers soins près de la zone de départ arrivée</p> <p>Faire faire des pancartes de signalisation pour le parcours</p> <p>Faire faire des pancartes de signalisation pour se rendre au site de course</p> <p>Achat de rubalise pour déterminer certaines zones du parcours</p> <p>Rechercher de commanditaires pour le ravitaillement (épicerie...)</p> <p>Achat de médailles</p> <p>Recherche de bénévoles pour corvée d'entretien des sentiers (Parcours)</p> <p>Recherche de bénévoles pour la journée de la course</p> <p>Décider d'offrir ou non une cantine sur place</p> <p>Location de radio - communication entre les différents responsables et commissaire</p>	<p>Ne pas oublier le parcours bibittes</p> <p>endroits où l'on peut couper ou rallonger le/les parcours</p> <p>Pas très loin des aires de départ et d'arrivée</p> <p>De préférence dans un faux-plat montant</p> <p>Accessibles aux ambulanciers</p> <p>À valider avec d'autres organisateur</p> <p>(Sécuri-sport - FQSC...)</p> <p>Eau, bananes, barre tendres, melon d'eau...</p> <p>Pour catégories "jeunes" seulement, voir guide</p> <p>Pas oublier premier soins</p> <p>Pas nécessaire, mais un moyen de financement....</p>
Un mois avant	
<p>Envoi d'une lettre aux hôpitaux, ambulanciers et services de polices concernés pour aviser de la tenue de l'événement</p> <p>S'assurer de récupérer le matériel de l'association (tente pour chrono, système de son, affichage)</p> <p>Achat de matériel pour les inscriptions</p> <p>S'assurer d'avoir des barrières anti-émeute pour délimiter la zone de départ et arrivée</p> <p>Prévoir repas des commissaires, chronométreurs et bénévoles</p> <p>Prévoir un podium pour la zone protocolaire</p>	<p>En cas d'accidents majeur</p> <p>À ramasser en fin de journée lors de la course précédente au calendrier VMQCA</p>
Semaines et jours avant course	
<p>Formation des bénévoles</p> <p>Remplir en ligne l'avis de course pour diffusion sur VMQCA.QC.CA</p> <p>Inspection du parcours et faire les correctifs</p> <p>Installer la signalisation sur le parcours (Balisage)</p> <p>Balisage du parcours bibitte</p> <p>Homologation du parcours par délégué de VMQCA et ou commissaire</p> <p>Déterminer les zones à risque pour la présence de premiers soins</p> <p>Préparer la zone pour les clubs et équipes</p> <p>Préparer la zone protocolaire (Remise des médailles)</p> <p>Préparer la zone de l'animateur</p> <p>Préparer la zone de ravitaillement</p> <p>Préparer la zone de départ et d'arrivée</p> <p>Préparer la zone de chronométrage</p> <p>Aménager une zone spectateur</p> <p>Installation de la signalisation pour se rendre au site de course</p> <p>Installation de la signalisation sur le site de course</p> <p>Préparer la salle d'inscriptions et des commissaires</p> <p>Tester le système de son</p> <p>Avoir un 4 roues pour déplacement - premiers soins</p> <p>Avoir un 4 roues pour déplacement - coordonnateur du parcours</p> <p>Obtenir les temps de course au tour par catégories (faire faire des test à des coureurs)</p> <p>Prévoir une petite caisse pour les inscriptions</p>	<p>formulaire disponible à cette adresse: http://vmqca.qc.ca/calendrier/avisdecourse.html</p> <p>Couper gazon si nécessaire et enlever branches, couper branches à la hauteur des yeux</p> <p>Idéalement fait 24 h avant l'événement</p> <p>Contacter Jonathan Cantin: jonath.cantin@gmail.com</p> <p>Système de son avec micro, tableau pour l'affichage des résultats</p> <p>Clôtures</p> <p>Au départ / arrivée</p> <p>(inscription, aires de départ arrivée)</p> <p>voir guides</p> <p>à donner au commissaire lors de la validation de parcours</p>
Jour de la course	
<p>Inspection du parcours avec commissaire</p> <p>S'assurer que les bénévoles sont en place à l'heure prévue d'ouverture des inscriptions</p> <p>S'assurer que les premiers soins sont sur le parcours</p> <p>S'assurer que les bénévoles sont prêts pour les changements de balisage entre les courses</p> <p>Distribution des repas, breuvages aux commissaires et chronométreurs durant la journée</p> <p>Distribution des repas aux bénévoles</p> <p>Payer les commissaires</p> <p>Payer les redevances à l'association -</p> <p>Distribuer les radios (commissaire, directeur de course, premiers soins)</p> <p>Retirer du parcours rubalises, barrières, signalisation, etc</p> <p>S'assurer que l'organisateur de la course régionale suivante récupère la tente chrono + système de son</p>	<p>Dès l'arrivée du commissaire</p> <p>Voir guide, annexe 1, horaire d'une journée de course</p> <p>plus value</p> <p>après la course</p> <p>après la course</p> <p>après la course</p> <p>après la course</p>