
**RESEAU DU SPORT ETUDIANT DU QUEBEC
REGION DE QUÉBEC ET DE CHAUDIERE-APPALACHES
(RSEQ-QCA)**

**mise à jour
2011-08-18**

SECTEUR SECONDAIRE

**RÈGLEMENTS
SPÉCIFIQUES**

ATHLÉTISME EN SALLE

Article 1 RÈGLEMENTS et CATÉGORIES D'ÂGE

- **1.1** Les règlements en vigueur sont ceux de la Fédération d'athlétisme du Québec, sauf pour les modifications incluses dans la présente réglementation spécifique et la réglementation générale du RSEQ-QCA.
- **1.2** Les catégories d'âge pour les activités de la ligue diffèrent des catégories de la réglementation générale et ne sont pas exactement identiques aux catégories d'âge en vigueur à la F.A.Q.

| Catégories champ. régional & ligue | |
|--|-----------------------------|
| 1er juillet 93 au 31 déc. 96 | JUVÉNILE |
| 1^{er} janv. 97 au 31 déc. 98 | CADET |
| 1^{er} janv. 99 au 31 déc. 99 | BENJAMIN |
| 1^{er} janv. 00 et après | Moustique (primaire) |

Article 2 SURCLASSEMENT

Le simple surclassement est permis dans toutes les catégories.

Article 3 INSCRIPTIONS

- **3.1** Les inscriptions doivent être reçues par l'organisateur au plus tard le lundi précédant la compétition. Les inscriptions tardives, si acceptées, entraîneront une amende de 25 \$ / jour de retard et double le tarif / épreuve / athlète. Aucune inscription ne sera acceptée le vendredi.

Note : Aux compétitions #2 et #3, il faut préciser le n° (#) de dossard de tout athlète qui a déjà participé à une compétition au cours de l'année. Le # de dossard d'un athlète est permanent pour la saison. Des frais sont prévus pour les fautifs.

- **3.2** Club = maximum de 30 athlètes par compétition peuvent pointer pour un club, les athlètes excédentaires pointeront pour le club #2 (voir 4.2).

Chaque athlète peut s'inscrire à un maximum de 3 épreuves individuelles (2 pistes, 1 pelouse ou 2 pelouses et 1 piste) et 1 relais.

Multi-épreuves:

À chaque compétition, un club peut inscrire un maximum de 3 athlètes par catégorie/sexes dans le multi-épreuve. Ces athlètes peuvent également participer au relais.

- Lors des 3 compétitions = multi-épreuves, l'athlète doit obligatoirement choisir (1 sprint, 1 course fond ou 1/2 fond, 1 lancer et 1 saut).
«Note : Marche ou haies peuvent remplacer n'importe quelle épreuve toutefois une seule peut être substituée»

- **3.3** Coût des inscriptions : **4 \$** par épreuve (8 \$ retardataires),

Multi-épreuves = 16 \$, relais = aucun frais).

Clubs hors région (QCA) : Frais supplémentaires de 5 \$/club + .25 \$/épreuve

- **3.4** Chaque club peut faire un maximum de 3 substitutions le matin, lors de la réunion des entraîneurs. Une substitution = changement de choix d'une épreuve d'un athlète déjà préinscrit.

- **3.5** Compilation multi-épreuves

La compilation multi-épreuves se fait en cumulant le total de points des épreuves. Pour obtenir le pointage accordé à chaque épreuve, on calcule l'écart entre la performance réalisée par le concurrent et celle du meilleur concurrent de l'épreuve (1^{er}) que l'on multiplie par la pondération correspondante à l'épreuve de la table de pointage (annexe ATH-1). Le premier de l'épreuve ainsi que tous ceux qui ont une performance égale obtiennent 0 pt. L'athlète ayant cumulé le plus faible total de points obtient le meilleur rang au classement multi-épreuves.

Un athlète absent, disqualifié ou abandon reçoit 999 pts pour cette épreuve et est exclu de la compilation officielle. Il n'a pas droit au point de participation accordé ni à l'épreuve, ni au classement multi-épreuve.

3.6 **Benjamin (Quadrathlon)**

En benjamin, un athlète ne peut pas participer à plus d'une épreuve par spécialité. Ainsi, aucun benjamin ne pourra faire deux sprints, deux courses de fond, deux sauts ou deux lancers. Les athlètes inscrits à deux épreuves semblables se verront retirer l'une d'elles par l'organisateur.

Article 4 CLASSEMENT

4.1 Pointage accordé pour **toutes** les épreuves selon la performance. Épreuves individuelles, relais, quadrathlon ainsi que le classement multi-épreuve*.

| | |
|---|----------|
| 1 ^{er} place : | 7 points |
| 2 ^e place : | 5 points |
| 3 ^e place : | 4 points |
| 4 ^e place : | 3 points |
| 5 ^e place : | 2 points |
| Tous les autres concurrents (6 ^e quad.*) | 1 point |
| Absent, abandon, désistement, disqualifié | 0 point |

** Des athlètes inscrits au classement multi-épreuves, seuls ceux qui complètent toutes leurs épreuves sont admissibles au classement multi-épreuves. De plus comme tous les autres concurrents, ils cumulent des points dans chacune de leurs épreuves individuelles.*

4.2 Pour les clubs ayant plus de 30 athlètes :
Si les compétiteurs ne sont pas initialement divisés dès l'inscription, ils seront répartis en deux équipes ou plus au hasard.

Article 5 RÉCOMPENSES

5.1 Une bannière est remise au club ayant le meilleur pointage cumulatif des trois compétitions.

- Toutes catégories COMBINÉ

5.2 Des rubans sont remis à chaque compétition pour les 3 meilleurs athlètes de chaque épreuve.

Article 6 ENCADREMENT

- 6.1** Lors des rencontres, tout groupe d'athlètes doit être accompagné d'une personne adulte responsable. Le non-respect de ce règlement entraîne la non participation des athlètes. Le responsable d'une délégation ne peut être un athlète participant.
- 6.2** L'absence/retard du responsable de l'équipe à la réunion des entraîneurs entraîne une amende de vingt-cinq dollars (25 \$)

Article 7 RÉGLEMENTATION TECHNIQUE SUPPLÉMENTAIRE

7.1 Distance entre les haies pour 60 mètres haies

| Catégorie | Nombre | Hauteur | Début 1 ^{re} | Entre les Haies | Dernière l'arrivée |
|-----------|--------|---------|-----------------------|-----------------|--------------------|
| B Fém. | 5 | 30" | 12 m | 7,50 m | 18 m |
| B Masc. | 5 | 30" | 12 m | 8 m | 16 m |
| C Fém. | 5 | 30" | 12 m | 7,50 m | 18 m |
| J Fém. | 5 | 30" | 13 m | 8,00 m | 15 m |
| C Masc. | 5 | 33" | 13 m | 8,50 m | 13 m |
| J Masc. | 5 | 36" | 13,50 m | 8,80 m | 11,30 m |

7.2 Pesanteur des engins

| | <u>Poids officiel</u> | <u>Ballon</u> |
|-------------------|-----------------------|---------------|
| Benjamin féminin | 2 kg | 6 lb |
| Benjamin masculin | 3 kg | 8 lb |
| Cadet féminin | 3 kg | |
| Cadet masculin | 4 kg | |
| Juvenile féminin | 3 kg | |
| Juvenile masculin | 5 kg | |

Article 8 OFFICIELS MINEURS

Chaque club doit obligatoirement fournir trois officiels mineurs à chaque compétition et se verront assigner au bon déroulement d'une épreuve.

À défaut de :

Les officiels mineurs seront pris parmi la délégation du club. Ceux-ci devront assurer un service de trois officiels mineurs durant toute la journée en utilisant les athlètes lors de leur période de repos.



COMMISSION SCOLAIRE/CLUB :

RESPONSABLE :

TÉLÉPHONE :

COURRIEL :

| | MES 3 OFFICIELS SONT | SPÉCIALITÉ OU PRÉFÉRENCE |
|----|-----------------------------|---------------------------------|
| 1. | _____ | _____ |
| 2. | _____ | _____ |
| 3. | _____ | _____ |

* SI UN(E) DE CES OFFICIELS NE SE PRÉSENTE PAS VOUS DEVREZ PROPOSER QUELQU'UN D'AUTRE.

INSCRIVEZ L'ÉPREUVE PRÉFÉRÉE DES BÉNÉVOLES. SI UN(E) DE VOS OFFICIELS PEUT ÊTRE RESPONSABLE D'UN PLATEAU, VEUILLEZ NOUS LE PRÉCISER. LES TACHES DES BÉNÉVOLES SERONT ASSIGNÉES A L'AVANCE.

MERCI!

Article 9 ÉPREUVES

9.1 Selon les inscriptions, le comité organisateur peut tenir les épreuves suivantes :

| CATÉGORIE : | BENJAMIN | | | CADET ET JUVÉNILE | | |
|--------------------------------------|---------------|---------------|---------------|-------------------|------------------|--------------------|
| ÉPREUVE/COMPÉTITION | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| 60 m | X | X | X | X | X | X |
| 150 m | | X | | | | |
| 200 m | | | | X | X | Cadet |
| 300 m | | | | | | Juvénile |
| 600 m | X | | X | | | |
| 800 m | | | | | X | Juvénile |
| 1000 m | X | | | X | | |
| 1200 m | | X | X | | cadet | Cadet |
| 1500 m | | | | | juvénile | |
| 2000 m | | | | Cadet | | Cadet |
| 3000 m | | | | Juvénile | | Juvénile |
| Marche 1500 m | | X | | X | X | Cad.Fém. |
| Marche 3000 m | | | | | | CM+Juv. |
| Haies 60 m | X | | X | X | X | X |
| Hauteur | X | X | X | X | X | X |
| Longueur | | | X | X | X | X |
| Longueur (zone) | | X | | | | |
| Longueur (sans élan) | X | | | | | |
| Poids | | X | X | X | X | X |
| Poids (lancer ballon avant) | X | | | | | |
| Multi-épreuves (4) (2+2) | Libre | | | Libre V+F+L+S | Libre V+F+L+S | Libre V+F+L+S |
| Relais | 4x50m Nav. | 4x50m Nav. | 4x50m Nav. | 4 x 200m | 4 x 200m | 5 x 200m |

1. INFORMATIONS GÉNÉRALES

ÉVÈNEMENT : Compétition scolaire d'athlétisme

ENDROIT : Piste d'athlétisme intérieure du PEPS de l'Université Laval

ORGANISMES RESPONSABLES :

Ass. rég. du sport étudiant de Québec et de Chaudière-Appalaches (RSEQ-QCA) et
Le club d'athlétisme Rouge et Or de l'Université Laval.

ORGANISATEUR DES RENCONTRES :

Club d'athlétisme Rouge et Or : tél. UL : 656-2131 poste 6746

1.1 Inscriptions

Coût des inscriptions : **quatre** dollars (4\$) par épreuve (8\$ retardataires),
Multi-épreuves = 16 \$, relais = aucun frais).

Clubs hors région (QCA) :

Frais supplémentaires de 5 \$ par club + .25 \$/par épreuve

Les inscriptions doivent être reçues par les organisateurs **le lundi** précédant la compétition. Les inscriptions tardives, si acceptées, sont sujettes à amendes et à la double tarification.

Aux compétitions #2 et #3, il faut préciser le n° de dossard de tout athlète qui a déjà participé à une compétition au cours de l'année. Le # de dossard d'un athlète est permanent pour la saison. Des frais sont prévus pour les fautifs.

Envoyez vos inscriptions directement au RSEQ-QCA par courriel (mrousseau@qca.rseq.ca).
Le Rouge et Or n'accepte aucune inscription

1.2 Services aux athlètes

- Un physiothérapeute sera sur place.
- Vous avez accès aux vestiaires et aux douches de la piscine. Pour passer à la réception du PEPS, présenter une liste de vos athlètes avec le nom de votre club.

2. INFORMATIONS TECHNIQUES

2.1 Règlements (Voir les règlements spécifiques de la ligue)

2.2 Chambre d'appel

Il y a une chambre d'appel pour les épreuves de piste. Un premier appel est fait 30 minutes avant chaque épreuve. Un deuxième appel est fait 15 minutes avant le début de l'épreuve. Pour les épreuves de pelouse, les athlètes doivent se présenter directement à l'aire de l'épreuve 15 minutes avant l'heure prévue.

2.3 «Les pointes»

Les pointes utilisées sous les souliers cloutés ne doivent pas dépasser 7 mm. Nous demandons votre collaboration pour la vérification.

ATHS - 9 -

3. ORDRE DES ÉPREUVES (Horaire provisoire - Piste)

| HEURE | CATÉGORIE | SEXE | COMPÉTITION #1 | COMPÉTITION #2 | COMPÉTITION #3 |
|---------|--|------|--|---------------------------|---------------------------|
| 8 h 30 | Toutes catégories | | RÉUNION DES ENTRAÎNEURS ET DES OFFICIELS | | |
| 9 h | Benjamin | F+M | ----- | ----- | 60 m. haies s.c. |
| | Cadet | F+M | 60 m. haies s.c. | 60 m. haies s.c. | 60 m. haies s.c. |
| | Juvenile | F+M | 60 m. haies s.c. | 60 m. haies s.c. | 60 m. haies s.c. |
| | Benjamin | F+M | 60 mètres s.c. | ----- | ----- |
| | Cadet | F+M | 60 mètres pré. | 60 mètres pré. | 60 mètres pré. |
| | Juvenile | F+M | 60 mètres pré. | 60 mètres pré. | 60 mètres pré. |
| | Benjamin | F+M | ----- | 150 mètres s.c. | ----- |
| | Cadet | F+M | 1000 mètres s.c. | 800 mètres s.c. | 1200 mètres s.c. |
| | Juvenile | F+M | 1000 mètres s.c. | 800 mètres s.c. | 800 mètres s.c. |
| 12 h 30 | 30 MÈTRES, OUVERT AUX ENTRAÎNEURS ET AUX ORGANISATEURS | | | | |
| 13 h | Cadet | F+M | 60 m. finales | 60 m. finales | 60 m. finales |
| | Juvenile | F+M | 60 m. finales | 60 m. finales | 60 m. finales |
| | Benjamin | F+M | 1200 mètres s.c. | ----- | 600 mètres s.c. |
| | Cadet | F+M | 2000 mètres s.c. | 1200 mètres s.c. | 2000 mètres s.c. |
| | Juvenile | F+M | 3000 mètres s.c. | 1500 mètres s.c. | 3000 mètres s.c. |
| | Cadet | F+M | 200 mètres s.c. | 200 mètres s.c. | 200 mètres s.c. |
| | Juvenile | F+M | 200 mètres s.c. | 200 mètres s.c. | 200 mètres s.c. |
| | Benjamin | F+M | ----- | 1500 m. marche s.c. | ----- |
| | Cadet | F+M | 1500 m. marche s.c. | 1500 m. marche s.c. | 1500 m. marche s.c. |
| | Juvenile | F+M | 1500 m. marche s.c. | 1500 m. marche s.c. | 1500 m. marche s.c. |
| | Benjamin | F+M | 4x50 m. navette s.c. | 4x50 m. navette s.c. | 4x50 m. navette s.c. |
| | Cadet | F+M | Relais 4 x 200 m. s.c. | Relais 4 x 200 m. s.c. | Relais 4 x 200 m. s.c. |
| | Juvenile | F+M | Relais 4 x 200 m. s.c. | Relais 4 x 200 m. s.c. | Relais 4 x 200 m. s.c. |

s. c. section chrono.

prél. Préliminaires

ATHS - 10 -

HORAIRE ATHLÉTISME - PELOUSE

| | Compétition #1 | | | Compétition #2 | | | Compétition #3 | | |
|---------|--------------------|----------|---|----------------|----------|---|----------------|----------|---|
| 9 h | Longueur | Cadet | F | Longueur | Cadet | F | Longueur | Cadet | F |
| | Hauteur | Juvenile | H | Hauteur | Benjamin | H | Hauteur | Juvenile | H |
| | Poids | Cadet | H | Poids | Benjamin | F | Poids | Cadet | H |
| 10 h | Longueur | Juvenile | F | Longueur | Juvenile | F | Longueur | Juvenile | F |
| | Poids | Juvenile | H | Poids | Cadet | F | Poids | Juvenile | H |
| 10 h 30 | | | | Hauteur | Juvenile | H | | | |
| 11 h | Longueur sans-élan | Benjamin | F | Poids | Cadet | H | Longueur zone | Benjamin | H |
| | Ballon arrière | Benjamin | H | | | | Poids | Benjamin | F |
| 11 h 15 | | | | Hauteur | Juvenile | F | | | |

Dîner

| | | | | | | | | | |
|---------|--------------------|----------|---|----------|----------|---|---------------|----------|---|
| 13 h | Longueur | Cadet | H | Longueur | Cadet | H | Longueur | Cadet | H |
| | Hauteur | Juvenile | F | Hauteur | Benjamin | F | Hauteur | Juvenile | F |
| | Poids | Cadet | F | Poids | Benjamin | H | Poids | Cadet | F |
| 14 h 45 | Hauteur | Cadet | F | Hauteur | Cadet | F | Hauteur | Cadet | F |
| | Longueur sans-élan | Benjamin | H | Poids | Juvenile | H | Longueur zone | Benjamin | F |
| | Ballon arrière | Benjamin | F | | | | Poids | Benjamin | H |
| 16 h | Longueur | Juvenile | H | Longueur | Juvenile | H | Longueur | Juvenile | H |
| | Hauteur | Cadet | H | Hauteur | Cadet | H | Hauteur | Cadet | H |
| | Poids | Juvenile | F | Poids | Juvenile | F | Poids | Juvenile | F |

HORAIRE ATHLÉTISME - PELOUSE (par catégorie/sexe)

| | Compétition #1 | | Compétition #2 | | Compétition #3 | |
|------------|----------------|--------------------|----------------|----------|----------------|---------------|
| Benjamin F | 11 h | Longueur sans-élan | 9h00 | Poids | 11h00 | Poids |
| | 14 h 45 | Ballon arrière | 13h00 | Hauteur | 14h45 | Longueur zone |
| Benjamin M | 11 h | Ballon arrière | 9h00 | Hauteur | 11h00 | Longueur zone |
| | 14 h 45 | Longueur sans-élan | 13h00 | Poids | 14h45 | Poids |
| Cadet F | 9 h | Longueur | 9h00 | Longueur | 9h00 | Longueur |
| | 13 h | Poids | 10h00 | Poids | 13h00 | Poids |
| | 14 h 45 | Hauteur | 14h45 | Hauteur | 14h45 | Hauteur |
| Cadet M | 9 h | Poids | 11h00 | Poids | 9h00 | Poids |
| | 13 h | Longueur | 13h00 | Longueur | 13h00 | Longueur |
| | 16 h | Hauteur | 16h00 | Hauteur | 16h00 | Hauteur |
| Juvenile F | 10 h | Longueur | 10h00 | Longueur | 10h00 | Longueur |
| | 13 h | Hauteur | 11h15 | Hauteur | 13h00 | Hauteur |
| | 16 h | Poids | 16h00 | Poids | 16h00 | Poids |
| Juvenile M | 9 h | Hauteur | 10h30 | Hauteur | 9h00 | Hauteur |
| | 10 h | Poids | 14h45 | Poids | 10h00 | Poids |
| | 16 h | Longueur | 16h00 | Longueur | 16h00 | Longueur |

LIGUE RÉGIONALE D'ATHLÉTISME EN SALLE
TABLE DE VALEUR DES PERFORMANCES

| | FILLES | GARÇONS |
|----------------------|-------------------|-------------------|
| 50 m | 1/10 sec : 33 pts | 1/10 sec : 33 pts |
| 60 m | 1/10 sec : 30 pts | 1/10 sec : 30 pts |
| 150 m | 1/10 sec : 20 pts | 1/10 sec : 16 pts |
| 200 m | 1/10 sec : 9 pts | 1/10 sec : 12 pts |
| 300 m | 1/10 sec : 6 pts | 1/10 sec : 9 pts |
| 800 m | 1/10 sec : 1 pt | 1/10 sec : 2 pts |
| 1000 m | 1/10 sec : 1 pt | 1/10 sec : 1 pts |
| 1 200 m | 1/10 sec : 1 pt | 1/10 sec : 1 pt |
| 1 500 m | 1/10 sec : 1 pt | 1/10 sec : 1 pt |
| 2 000 m | 2/10 sec : 1 pt | 2/10 sec : 1 pt |
| 3 000 m | 2/10 sec : 1 pt | 2/10 sec : 1 pt |
| 50 m haies | 1/10 sec : 24 pts | 1/10 sec : 30 pts |
| MARCHE benj. cad. | 1 sec : 3 pts | 1 sec : 3 pts |
| MARCHE juvénile | 1 sec : 2 pts | 1 sec : 2 pts |
| HAUTEUR | 1 cm : 10 pts | 1 cm : 8 pts |
| LONGUEUR | 1 cm : 2 pts | 1 cm : 2 pts |
| LONGUEUR (ZONE) | 1 cm : 2 pts | 1 cm : 2 pts |
| LONGUEUR (sans élan) | 1 cm : 12 pts | 1 cm : 12 pts |
| POIDS | 1 cm : 1 pt | 1 cm : 1 pt |
| POIDS (ballon) | 1 cm : 1 pt | 1 cm : 1 pt |