



Samedi 8 août 2020

Stade d'athlétisme Richard-Garneau

401 boul. du Domaine

Sainte-Thérèse, QC J7E 4S4



Document technique



INFORMATIONS GÉNÉRALES

Date

Samedi 8 août 2020.

Emplacement

Stade d'athlétisme Richard-Garneau

401 boul. du Domaine

Sainte-Thérèse, QC J7E 4S4



Installations

- Piste de 400 m, 8 couloirs en revêtement synthétique
- Pointes : 7 mm maximum
- 2 aires de lancers
- Aires d'approche de sauts en revêtement synthétique
- 4 fosses de sable
- Gradins de 8x50 places **Aucun-e spectateur-trice**
- Toilettes sèches, stations de lavage de mains sur place

- Vestiaire : aucun service de vestiaire ni de douche ne sera disponible. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas de perte ou de vol.
- Chronométrage électronique (systèmes Lynx)
- Stationnement gratuit sur le site de la polyvalente

Mesures sanitaires – Accès à l'aire de compétition



- Entrée uniquement au **départ du 100 m**.
- L'accès à l'aire de compétition sera strictement réservé aux athlètes dont l'épreuve est **en cours**, ainsi qu'à leurs entraîneurs respectifs.
- Les athlètes devront **quitter** l'aire de compétition aussitôt leur participation à l'épreuve terminée.
- Sortie uniquement par la **zone d'arrivée**.
- Les **spectateurs** ne seront pas admis dans l'enceinte.

Le comité organisateur se réserve le droit d'expulser les membres des clubs qui ne respectent pas les mesures de santé publique.

Chantier de construction sur le site de la polyvalente



Un plan d'accès permettant de rejoindre les installations de manière sécuritaire sera affiché sur la page web de la compétition quelques jours avant l'événement.

Organismes responsables

- Club d'athlétisme Corsaire-Chaparral
- Fédération québécoise d'athlétisme

Responsables de la compétition

- Directeur de la rencontre : Samuel Grondin-Bernier (grondin750@hotmail.com)
- Délégué technique : Jacques Chapdelaine (jchapdelaine@athletisme.qc.ca)

INFORMATIONS TECHNIQUES

Sanction

- Fédération québécoise d'athlétisme
- Athlétisme Canada

Inscription

Période d'inscription

Jusqu'au **lundi 3 août 2020, 23 h 59**.

Absolument aucun ajout ni modification après la date limite.

Coût d'inscription

Selon la grille tarifaire suivante :

- 1^{re} épreuve : 25,00 \$
- 2^e épreuve : 20,00 \$
- 3^e épreuve : 15,00 \$

Modalité d'inscription

Inscription et paiement **en ligne** sur TrackieReg.com/ephemeros2020 via PayPal ou carte de crédit.

Aucune inscription par courriel ni par messagerie privée.

Performances d'inscription

Pour les épreuves de piste, il est important d'indiquer les **performances réelles** de vos athlètes. Tous les athlètes sans performance seront classés au hasard sans aucune autre considération.

Note : Les organisateurs se réservent le droit de rectifier les performances d'inscription.

Remboursement

Aucun remboursement d'inscription ne sera autorisé.

Affiliation

Seuls les athlètes affiliés dans le secteur « compétitif » auprès de leur fédération d'athlétisme provinciale seront admis à l'Ephemeros COCH du 8 août 2020. Aucun autre type d'affiliation ne sera accepté, et aucune affiliation d'un jour ne sera possible.

L'affiliation des nouveaux athlètes devra être complétée par les responsables de club au plus tard le mardi 28 juillet 2020 pour que leur participation soit autorisée.

Catégories

- Benjamin (2007-2008)
- Cadet (2005-2006)
- Ouvert (tous âges confondus)

Épreuves offertes

Pour les épreuves de concours , un chiffre indique le nombre maximal de participant.e.s.

	Benjamin		Cadet		Ouvert	
	F	H	F	H	F	H
80	x	x				
100			x	x	x	x
150	x	x				
200			x	x	x	x
400					x	x
800	x	x	x	x	x	x
1500					x	x
Javelot	16F / 16H					
Marteau					8	
Longueur	16	16	16	16	16	16
Hauteur					8 (1,40m)	8 (1,65m)

Ordre des épreuves

L'ordre des épreuves est joint à ce document et consiste en une *liste provisoire*. L'horaire officiel sera établi en fonction du nombre d'inscriptions.

Les vagues des courses en finale section chronométrée (F.S.C.) seront courues de **vite à lent** (*fast to slow*), c'est-à-dire les plus rapides en premier.

Chambre d'appel

Il n'y a pas de chambre d'appel pour cette compétition.

Les athlètes doivent se présenter au plus tard **10 minutes** avant le départ de leur épreuve de piste et **30 minutes** avant l'heure de début de leur épreuve de concours.

Matériel

Les participant-e-s sont encouragés à apporter leurs propres engins (en particulier les marteaux). Ces engins devront être pesés et approuvés par les organisateurs avant de pouvoir être utilisés en compétition (balance et gabarits sur place).

Mesures sanitaires – Prêt d'engin

Le prêt d'engin est permis, à condition que ceux-ci soient **désinfectés** à chaque changement d'usager.

Les athlètes qui ne respectent pas cette mesure sont passibles **d'expulsion**.



Informations

- Samuel Grondin-Bernier, *directeur de la rencontre*
grondin750@hotmail.com
- Site web : Corsaire-Chaparral.org/competitions/ephemeros/

Horaire final et liste des performances

Disponibles à partir du mercredi 5 août 2020 à 12 h.

L'horaire final publié sur le site web de la Fédération québécoise d'athlétisme (athletisme-quebec.ca) sera le seul programme à être considéré pour le déroulement de la journée.

Surclassement

Le surclassement sera autorisé selon les règlements en vigueur de la FQA.

Port du dossard

Les athlètes membres de la FQA devront obligatoirement s'identifier à l'aide de leur dossard permanent.

Les organisateurs ne pénaliseront pas les athlètes qui n'auront pas reçu leur dossard permanent le jour de la compétition suite à une affiliation récente. Ces athlètes devront se procurer un dossard au secrétariat, gracieuseté de l'organisation.

Athletes from outside Québec : *the organizers will provide you with a custom bib, which you may retrieve on-site the day of the meet.*

Port du dossard :

- **Épreuves de sprint (80–400 m) :** le dossard doit être porté à l'arrière.
- **Épreuves de demi-fond (800 m et plus) :** le dossard doit être porté à l'avant.
- **Concours :** le dossard est porté préférentiellement à l'avant.

Épreuves de piste

Il n'y aura pas de chambre d'appel. Les athlètes doivent se présenter au départ de leur course au plus tard **10 minutes** avant le début de l'épreuve de piste.

Mesures sanitaires – Épreuves de piste



Pour toutes les distances individuelles sur piste du 100 m (80 m benjamin) jusqu'au 3000 m :

- Limitation à 6 athlètes maximum par vague.
- Départ en couloir individuel pour tous les athlètes.
- Respect de la distanciation physique dans la zone de décélération après la ligne d'arrivée.

Consignes spécifiques aux épreuves de demi-fond jusqu'à 3000 m :

- Maintien en couloir individuel pendant les 200 premiers mètres, après quoi les athlètes seront autorisé-e-s à se rabattre à la corde.
- Dépassements en course en se décalant complètement dans le prochain couloir libre afin d'éviter toute forme de contact avec l'athlète dépassé-e.

Blocs de départ

L'utilisation des blocs de départ sera permise selon le règlement de la FQA.

Mesures sanitaires – Blocs de départ



Les blocs de départ devront être **désinfectés** à chaque changement d'utilisateur.

Épreuves de concours

Mesures sanitaires – Épreuves de concours



Les athlètes doivent en tout temps respecter les mesures de distanciation physique sur leur plateau de compétition. Chaque groupe sera ainsi constitué d'un maximum de **8 athlètes**.

Tout athlète qui ne respecte pas les mesures sanitaires est **passible d'expulsion**.

Nombre d'essais pour les épreuves de concours

Pour les épreuves de lancer et de saut en longueur, les athlètes auront droit à **4 essais** sans finale, à l'exception de la catégorie benjamine dont le concours sera limité à **3 essais**, sans finale.

Règlements divers

Chaque épreuve qui n'aura pas trois (3) participant-e-s pourra être annulée ou jumelée à une autre catégorie, à la discrétion des organisateurs.

HORAIRE PROVISOIRE – PISTE

Heure	#	Épreuve	Tour	H/F	Catégorie	Vagues	Partic.	Fin	Notes
14 h 00		800	FSC	F	Benjamin				6/vague
		800	FSC	H	Benjamin				6/vague
		800	FSC	F	Cadet				6/vague
		800	FSC	H	Cadet				6/vague
		800	FSC	F	Ouvert				6/vague
		800	FSC	H	Ouvert				6/vague
		80	FSC	F	Benjamin				6/vague
		80	FSC	H	Benjamin				6/vague
		100	FSC	F	Cadet				6/vague
		100	FSC	H	Cadet				6/vague
		100	FSC	F	Ouvert				6/vague
		100	FSC	H	Ouvert				6/vague
		400	FSC	F	Ouvert				6/vague
		400	FSC	H	Ouvert				6/vague
		150	FSC	F	Benjamin				6/vague
		150	FSC	H	Benjamin				6/vague
		200	FSC	F	Cadet				6/vague
		200	FSC	H	Cadet				6/vague
		200	FSC	F	Ouvert				6/vague
		200	FSC	H	Ouvert				6/vague
19 h 00		800	FSC	F	Invitation	1	6		6/vague
		1500	FSC	F	Ouvert				6/vague
		1500	FSC	H	Ouvert				6/vague
19 h 30		FIN							

Nouveau!

L'Ephemeros COCH du 8 août 2020 ajoute à son programme un **800 mètres haute performance** chez les femmes (sur invitation seulement).

Minima : 2:08,00.

Pour plus d'information ou pour prendre part à l'épreuve, veuillez contacter les organisateurs directement.

HORAIRE PROVISOIRE – PELOUSE

Lancers

Heure	#	Épreuve	H/F	Catégorie	Groupe	Partic.	Fin	Notes
14 h 00		Marteau	H/F	Ouvert	A	8	14 h 40	Poids des engins selon la catégorie d'âge
15 h 00		Javelot	F	Ouvert	A	8	15 h 40	
16 h 00		Javelot	F	Ouvert	B	8	16 h 40	
17 h 00		Javelot	H	Ouvert	A	8	17 h 40	
18 h 00		Javelot	H	Ouvert	B	8	18 h 40	
18 h 40		Fin						

Sauts verticaux

Heure	#	Épreuve	H/F	Catégorie	Groupe	Partic.	Fin	Notes
14 h 00		Hauteur	F	Ouvert	A	8	15 h 20	1m40+
16 h 00		Hauteur	H	Ouvert	A	8	17 h 20	1m65+
17 h 20		Fin						

Sauts horizontaux

Heure	#	Épreuve	H/F	Catégorie	Groupe	Partic.	Fin	Notes
14 h 00		Longueur	F	Benjamin	A	8		3 sauts
		Longueur	F	Benjamin	B	8		3 sauts
15 h 00		Longueur	H	Benjamin	A	8		3 sauts
		Longueur	H	Benjamin	B	8		3 sauts
16 h 00		Longueur	F	Cadet	A	8		4 sauts
		Longueur	F	Cadet	B	8		4 sauts
17 h 00		Longueur	H	Cadet	A	8		4 sauts
		Longueur	H	Cadet	B	8		4 sauts
18 h 00		Longueur	F	Ouvert	A	8		4 sauts
		Longueur	F	Ouvert	B	8		4 sauts
19 h 00		Longueur	H	Ouvert	A	8		4 sauts
		Longueur	H	Ouvert	B	8		4 sauts
20 h 00		Fin						