Guide technique

Édition 2016, les 4 et 5 juin 2016

(REVISON 1 Edition finale – 12 mai 2016 – approuvée par la commissaire-chef Julie Barbeau)

Organisé par Les Cuisses Or de l'Outaouais en collaboration avec

le Grand Prix Cycliste de Gatineau, la ville de Gatineau et l'université du Québec en Outaouais

Commandite du Grands Prix cyclistes Québec-Montréal

Sanctionné par la Fédération québécoise des sports cyclistes

Table des matières

1. Informations générales 3
2. Comité organisateur 3
3. Inscriptions 4
4. Permanence sur site des courses lors des compétitions 4
5. Règlements 4
6. Réunion technique 4
7. Signature et dossards 5
8. Plans du site des courses 5
   a. Sprints 5
   b. Courses sur route 6
   c. Critériums 7
   d. Jeux habiletés 8
   e. Site des tentes des équipes 9
9. Assistance technique neutre 9
10. Conformité et vérification des braquets 9
11. Horaire 10
12. Résultats 11
13. Cérémonies protocolaires 11
14. Services médicaux 12
15. Comment s'y rendre 12
16. Stationnement 12
17. Nourriture 12
18. Hébergement 12

1. Informations générales

Les Cuisses Or de l'Outaouais en collaboration avec le Grand Prix Cycliste de Gatineau et la ville de Gatineau sont fiers d'organiser la deuxième épreuve de la Coupe du Québec Apogée du secteur route et piste de la Fédération québécoise des sports cyclistes (FQSC), les 4 et 5 juin 2016 dans la région de l'Outaouais. Les quatre étapes prévues sont : course sur route, sprint, jeux et critérium. Cette épreuve s'adresse aux catégories : bibitte (2008 à 2011), atome (2006 – 2007), pee-wee (2004 – 2005), minime (2002 – 2003) et cadet (2000 – 2001).

Les jeunes de la catégorie bibitte participent également à la Coupe du Québec mais n'ont que deux épreuves (jeu d'habiletés et critérium), sans toutefois être considérés au niveau du classement de la Coupe du Québec.

Nous vous invitons aussi à assister aux diverses activités cyclistes qui auront lieu dans le cadre du Grand Prix Cycliste de Gatineau (http://www.grandprixcyclistegatineau.com/). Les meilleures cyclistes féminines au monde seront de retour à Gatineau pendant cette fin de semaine pour la septième édition du Grand Prix Cycliste de Gatineau. Un peloton féminin de haut niveau international s'affrontera dans les rues de Gatineau pour une course sur route le 2 juin et un contre-la-montre le 3 juin.

Les courses internationales ne représentent qu'une partie de ce qui est devenu un véritable festival de vélo sur quatre jours. Également de retour pour l'édition 2016, des cyclosportives pour amateurs de 111,8 km ou de 69,3 km sur des routes fermées et sécuritaires passant par le boulevard des Allumettières et les magnifiques sentiers du parc de la Gatineau. Plus de 500 cyclistes provenant de partout au Québec et en Ontario sont attendus encore cette année. Les inscriptions au Medio ou Gran Fondo sont présentement en cours sur le site du Grand Prix Cycliste de Gatineau.

Pour sa part, le Vélo Village sera animé tout au long de la fin de semaine, offrant aux visiteurs une sélection de détaillants locaux de vélos, d'activités et de services spécialisés.

Finalement, le Vélo Village offrira aux visiteurs une sélection de détaillants locaux de vélos, des fabricants internationaux et de la nourriture et breuvages tout près de la zone d'arrivée sur la promenade du Lac-des-fées.

Nous espérons que vous profiterez pleinement de cette belle fin de semaine de course et que vous passerez un beau séjour dans la région de l'Outaouais.

2. Comité organisateur

Sylvain Blais (directeur technique) – 819-246-6429 – courriel sylvain028@videotron.ca; info@cuissesor.ca
Mathieu Trépanier (directeur technique) – 819-772-8677 – courriel info@cuissesor.ca

3. Inscriptions

Les coureurs doivent s'inscrire selon les délais prescrits à travers la nouvelle plateforme d'adhésion en ligne de la FQSC (voir www.fqsc.net).

Pour les coureurs des catégories atome, pee-wee, minime et cadet qui ne se sont pas préinscrits dans les délais, il leur sera possible de s'inscrire sur place uniquement le samedi, moyennant un frais additionnel. Un coureur peut s'inscrire sur place seulement le premier jour de l'évènement, et ce jusqu'à 30 minutes de la première étape de sa catégorie, indépendamment des épreuves auxquelles il choisit de participer. Aucune inscription ne sera prise le dimanche.

Pour les coureurs de la catégorie bibitte qui ne se sont pas préinscrits dans les délais, il sera possible de s'inscrire sur place le samedi ou le dimanche et ce jusqu'à 30 minutes du début des jeux d'habiletés moyennant un frais additionnel. Aucune inscription ne sera prise après cette période.

La date limite pour la préinscription est le jeudi 2 juin à midi.

Les frais de pré-inscription sont:

- Atome, pee-wee, minime et cadet: 25$ par épreuve ou 50$ pour 2 ou 3 épreuves.
- Bibitte : 10$ par épreuve ou 15$ pour 2 épreuves.

Les frais d'inscription sur place sont :

- Atome, pee-wee, minime et cadet: 35$ par épreuve ou 75$ pour 2 ou 3 épreuves.
- Bibitte : 15$ par épreuve ou 20$ pour 2 épreuves.

4. Permanence sur site des courses lors des compétitions

Permanence sur site des courses lors des compétitions : Vélo Village près des rues Brodeur et Brisson.

5. Règlements

Les règlements de cette compétition sont ceux de la FQSC et relèvent du commissaire en chef et des commissaires adjoints.

6. Réunion technique

Une réunion des directeurs techniques ou représentants de club aura lieu le 4 juin 2016 à 11h près de la zone de départ située sur la promenade du Lac-des-Fées. Une feuille de présence sera distribuée afin de recueillir les coordonnées des directeurs techniques / entraineurs des équipes. Ces informations permettront au comité organisateur et commissaires de communiquer les informations pertinentes durant les épreuves.

7. Signature et dossards

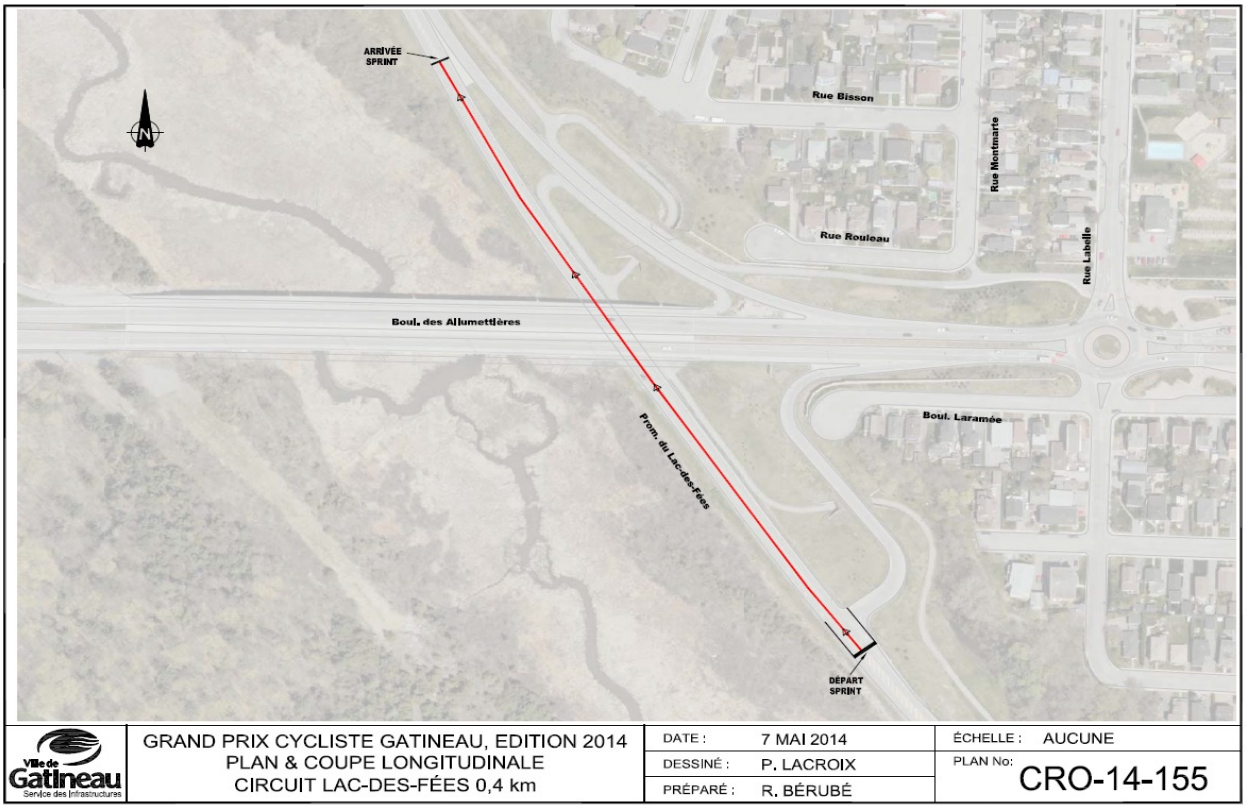
Les coureurs doivent s'enregistrer en signant le registre près de la zone de départ située sur la promenade du Lac-des-Fées pour les épreuves course sur route, sprint et critérium.

8. Plans du site des courses

a. Sprints

Le format des sprints sera de type Keirin selon les règlements en vigueur de l'UCI. Les dix premiers coureurs du classement marqueront des points.

Les coureurs seront tenus au départ par un entraineur de leur club. Si un entraineur n'est pas disponible, un bénévole de l'organisation sera disponible. Tous les coureurs devront passer à la vérification des braquets avant CHAQUE sprint.

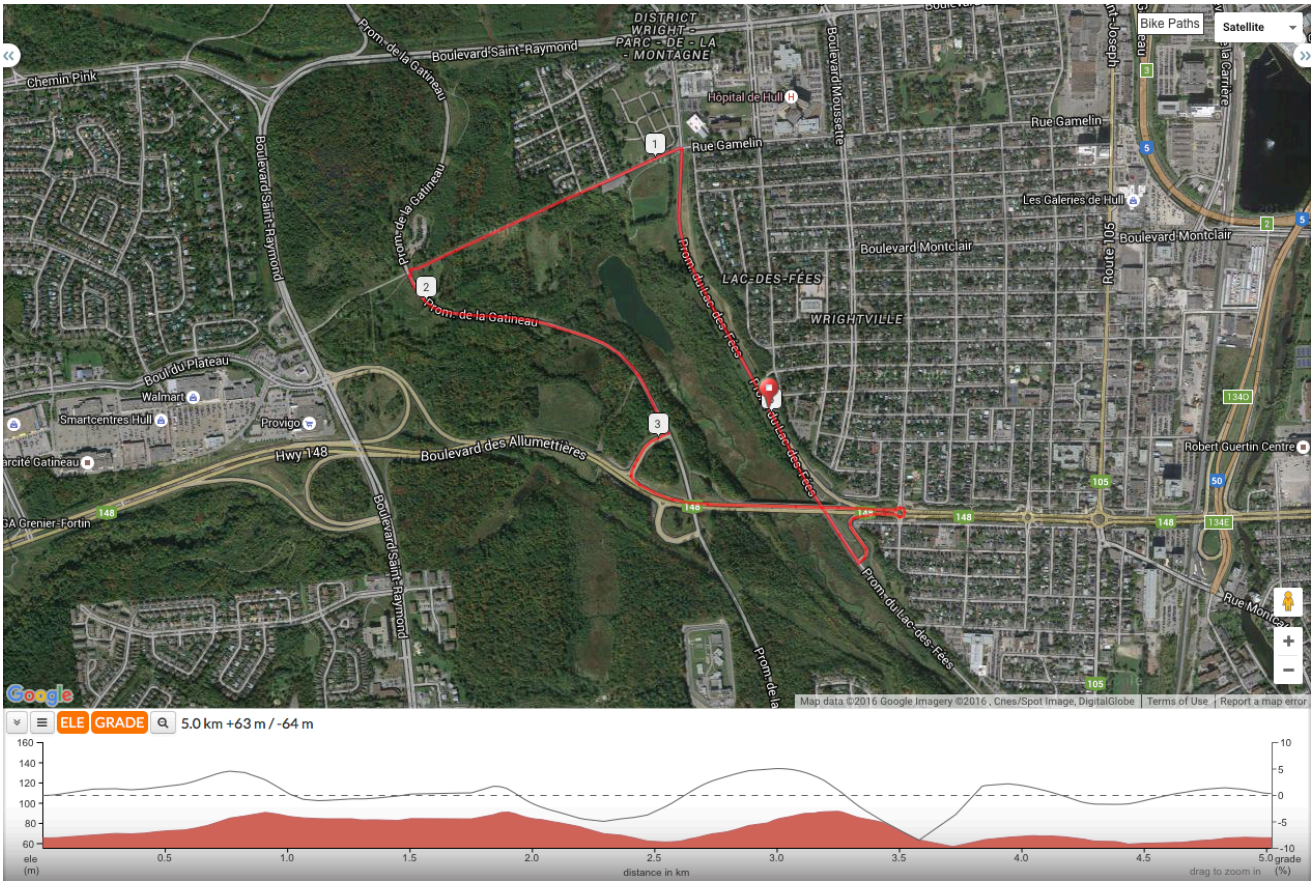


Le sprint sera disputé sur une distance de 400 m, tandis que les vagues seront composées entre 4 à 7 coureurs. Quant au processus d'élimination, il sera le même que celui utilisé dans les épreuves de keirin (sur piste) et décrit à l'article 3.2.135 du Règlement UCI. Tous les coureurs disputeront donc un minimum de deux sprints.

http://www.uci.ch/Modules/BUILTIN/getObject.asp?MenuId=MTY2NjY&ObjTypeCode=FILE&type=FILE&id=NDk4MDA&LangId=2

b. Courses sur route

La course sur route se déroulera sur un circuit fermé à la circulation automobile. Le circuit aura une distance de 5.0 kms.



Meilleur sprinter (cinq premiers coureurs : 7-5-3-2-1 points)

Sprint à la ligne d'arrivée :

- Atome : Pas de sprint
- Pee-wee : Pas de sprint
- Minime : Sprint au deuxième passage de la ligne d'arrivée
- Cadet : Sprint au quatrième passage de la ligne d'arrivée

c. Critériums

Le critérium se déroulera sur un circuit fermé à la circulation automobile. Le circuit aura une distance de 1.6 kms.

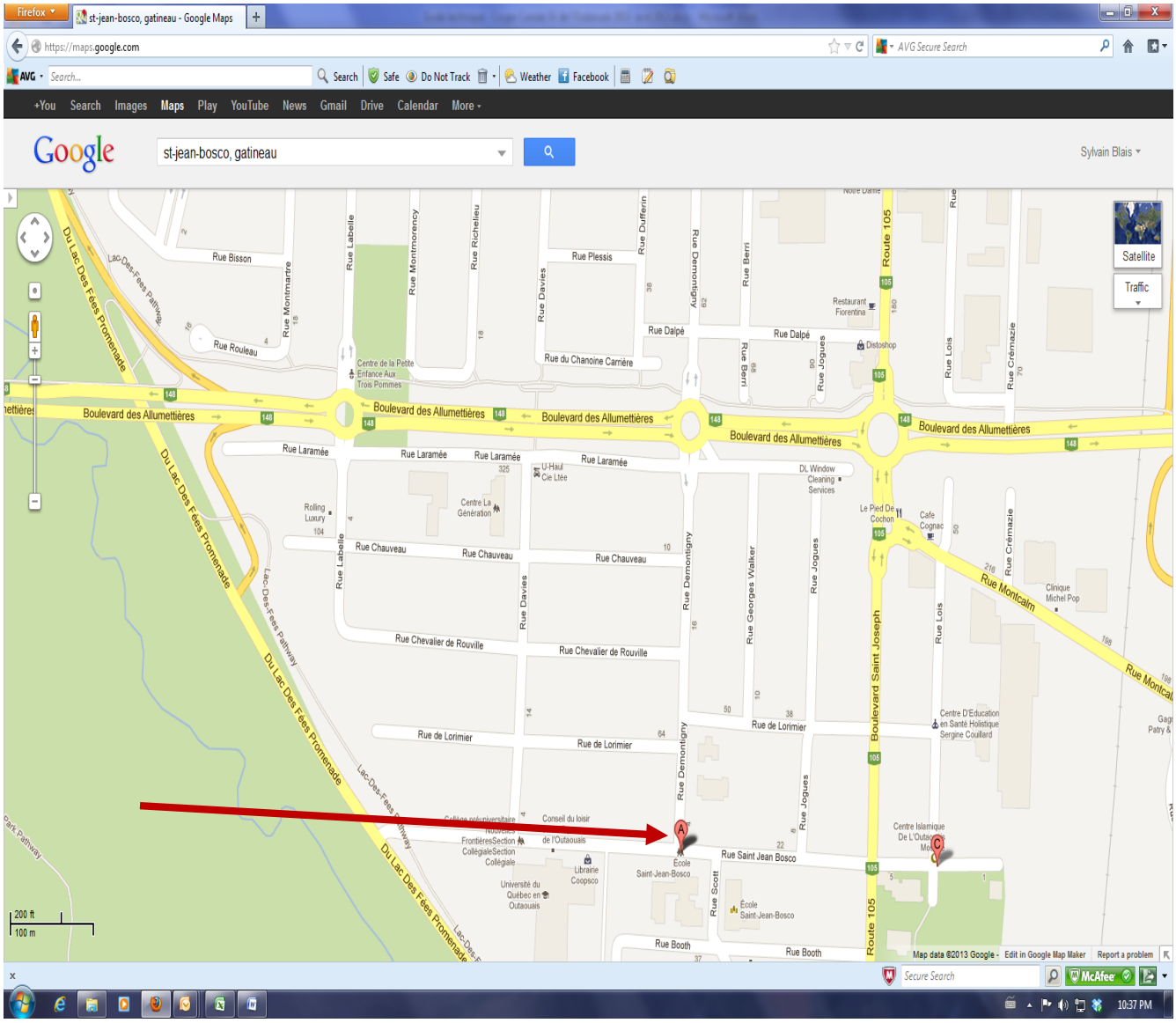
Meilleur sprinter (cinq premiers coureurs : 7-5-3-2-1 points)

Sprint à la ligne d'arrivée :

- Atome : Sprint au deuxième passage de la ligne d'arrivée
- Pee-wee : Sprint au trosième passage de la ligne d'arrivée
- Minime : Sprint à la 5e et 15e minute
- Cadet : Sprint à la 10e, 20e et 30e minute

d. Jeux habiletés

Les jeux d'habiletés se dérouleront dans le stationnement de l'Université du Québec en Outaouais (UQO) situé sur la rue Saint-Jean- Bosco.



Les parcours pour les catégories éligibles seront affichés sur le site de la FQSC.

e. Site des tentes des équipes

Les tentes des équipes devront être installées dans les espaces identifiés ci-bas (rue Brisson).

1 espace = 10 x 20 pi

9. Assistance technique neutre

Une assistance technique neutre sera disponible durant la course sur route. Lors du critérium, il y aura une aire dépannage sur le parcours. Les coureurs ou un responsable des équipes devront apporter les roues, préalablement identifiées, aux véhicules d'assistance technique neutre. Nous aviserons les directeurs techniques ou représentants de club, ou apporter les roues, lors de la réunion technique du 4 juin 2016.

10. Conformité et vérification des braquets

A la fin de chacune des épreuves, les 10 premiers coureurs des catégories, atome, pee-wee, minime et cadet doivent se diriger directement dans la zone préalablement identifiée pour vérifier la conformité de leur braquet.

11. Horaire

Les épreuves se dérouleront le samedi 4 juin et dimanche 5 juin 2016.

ÉPREUVE #1 – Course sur route – samedi 4 juin 2016 – Circuit des promenades - 5,9 km

Catégorie	Heure de départ	Distance	Tours	Départ – Arrivée
Atome H	12 h	5.0 km	1	Lac-des-Fées
Atome F	12 h 05	5.0 km	1	Lac-des-Fées
Pee-wee H	12 h 45	10.0 km	2	Lac-des-Fées
Pee-wee F	12 h 50	10.0 km	2	Lac-des-Fées
Minime H	13 h 30	20.0 km	4	Lac-des-Fées
Minime F	13 h 35	20.0 km	4	Lac-des-Fées
Cadet H	14 h 30	40.0 km	8	Lac-des-Fées
Cadet F	14 h 35	40.0 km	8	Lac-des-Fées
Fin	16 h 00			

ÉPREUVE # 2 – Sprint – dimanche 5 juin 2016 – Format Keirin (piste) – Lac-des-Fées

Catégorie	Heure de départ	Distance (400 m)	Départ – Arrivée
Minime F / H	8 h 30	1ère ronde	Lac-des-Fées
Cadet F / H		Repêchage	
		2ième ronde	
		Finales	
Fin	11 h 30		

ÉPREUVE #3 – Jeux – dimanche 5 juin 2016 – UQO

Catégorie	Heure de départ	Endroit
Pratique 8 h à 8 h 30		
Bibite H & F	8 h 30	UQO
Pratique 8 h à 8 h 30		
Atome H & F	8 h 30	UQO
Pratique 8 h à 8 h 30		

Pee-wee H & F	8 h 30	UQO
Fin	11 h 30	

ÉPREUVE # 4 – Critérium – dimanche 5 juin 2016 – Circuit des ronds points – 1.6 km

Catégorie	Heure de départ	Distance (1.6 km au tour)	Départ – Arrivée
Bibitte H & F	12 h 45	1 tour	Lac-des-Fées
Atome H	13 h 05	4 tours	Lac-des-Fées
Atome F	13 h 30	4 tours	Lac-des-Fées
Minime F	13 h 55	25 minutes	Lac-des-Fées
Pee-wee F	14 h 30	5 tours	Lac-des-Fées
Minime H	14 h 55	25 minutes	Lac-des-Fées
Cadet F	15 h 30	40 minutes	Lac-des-Fées
Pee-wee H	16 h 20	5 tours	Lac-des-Fées
Cadet H	16 h 45	40 minutes	Lac-des-Fées
Fin	17 h 25		

12. Résultats

Les résultats officialisés par les commissaires seront disponibles le plus tôt possible après chaque course. Les résultats seront affichés près des tentes du comité organisateur de la Coupe du Québec.

À noter que pour faire partie du classement général d'une tranche de la Coupe du Québec, les coureurs doivent obligatoirement participer aux trois épreuves à moins de circonstances exceptionnelles (chute grave l'empêchant de prendre part aux épreuves suivantes). Par exemple, un coureur qui ne participe pas aux jeux d'habiletés ne pourra obtenir les points amassés lors de la course sur route et du critérium (***se référer au Guide des sports cyclistes 2016 – chapitre 8 – paragraphe 8.17.1***).

13. Cérémonies protocolaires

Pour chacune épreuves de la Coupe du Québec, les coureurs désignés devront obligatoirement se présenter à la cérémonie protocolaire en tenue de course (maillot et cuissard) ou survêtement de l'équipe. Le port de couvre-chef et lunettes fumées sont interdits pendant la cérémonie protocolaire.

14. Services médicaux

Un service de premiers soins et d'ambulanciers sera disponible sur place pendant la durée des épreuves.

Le centre de santé et de services sociaux de Gatineau: Hôpital de Hull est à 5 min de voiture du site des courses. L'adresse est :

116, boulevard Lionel-Émond
Gatineau (Québec) J8Y 1W7
Tél.: 819 966-6200
Centrale de rendez-vous: 819 966-6300
Urgence: 819 966-6222

15. Comment s'y rendre

Pour se rendre au site de course :

De Montréal : autoroute 50 ouest, prendre la sortie 134 ouest et se diriger sur le boulevard des Allumettières ouest. Au rond-point, se diriger vers la droite sur le boulevard St-Joseph jusqu'à la rue Brodeur (tourner à gauche). Continuer jusqu'à la rue Brisson. Vous diriger jusqu'à la permanence sur site des courses lors des compétitions.

16. Stationnement

Il y a du stationnement dans les rues avoisinantes au site des courses.

17. Nourriture

Le Vélo Village offrira aux visiteurs (avec frais) de la nourriture et breuvages tout près de la zone d'arrivée sur la promenade du Lac-des-Fées. De plus, nous offrions aux participants de la Coupe du Québec Cuisses Or de l'Outaouais des rafraichissements ainsi que des fruits et barres tendres.

Il y a aussi une variété de restaurants et bistros à proximité du site.

18. Hébergement

Le comité organisateur du Grand Prix Cycliste de Gatineau / Coupe Cuisses Or de l'Outaouais ont négocié un tarif préférentiel pour l'hébergement pendant la fin de semaine de course du 4 et 5 juin 2016 avec le Ramada Plazza Le Manoir du Casino situé au 75, rue Edmonton, Gatineau, Québec, J8Y 6W9 - 1-800-296-9046 (hôtel officiel du Grand Prix Cycliste de Gatineau et de la Coupe du Québec Cuisses Or de l'Outaouais). Demander pour le tarif préférentiel.

Code de groupe : **CGL155**

http://www.ramadaplaza-gatineau.com/?g_int_AppLanguageId=2

Vous pouvez aussi consulter le site Web de Tourisme Outaouais à l'adresse http://www.tourismeoutaouais.com/hebergement.

Les épreuves se dérouleront sur le boulevard Des Allumettières. Les hôtels à proximité sont (cette liste n'est pas exhaustive) :

1. Château Cartier (http://www.tourismeoutaouais.com/hebergement/hotellerie/chateau-cartier-hotel---conference---golf---spa);
2. Four Point par Sheraton (http://www.tourismeoutaouais.com/hebergement/hotellerie/four-points-par-sheraton---centre-de-conferences-gatineau-ottawa);
3. Les Suites Victoria (http://www.tourismeoutaouais.com/hebergement/hotellerie/les-suites-victoria);
4. L'hôtel Best Western Plus Gatineau Gatineau-Ottawa (http://www.tourismeoutaouais.com/hebergement/hotellerie/best-western-plus-gatineau-ottawa-hotel-et-centre-de-conferences);