

Consignes - À lire attentivement avant la réunion des entraîneurs.

Votre enveloppe devrait contenir

- Dossards (numéro) et épingles.
- L'horaire final.
- Corridors



Informations générales

- Chaque école doit vérifier ses inscriptions et aviser Janie (secondaire) ou Bernard (primaire) s'il y a lieu pour les modifications « élite vs participation » avant la première course.
- Il n'y a pas de visite de parcours officielle. La visite libre des parcours pourra se faire dès l'arrivée des écoles. Des affiches indiqueront le chemin.
- Le dossard (numéro) doit être porté à l'avant et fixé par seulement 2 épingles.
- Les parcours sont balisés par des pancartes (couleur différente pour chaque distance), des cônes, des cordes ou du ruban.
- Des panneaux indiquant la distance parcourue sont sur les trajets à tous les kilomètres.
- Des officiels sont placés sur le parcours. Ils sont identifiés par des dossards ou chandails identiques.

Règlements

- Les organisateurs se réservent le droit de disqualifier toute personne ou toute équipe qui ne se conformerait pas aux règlements et/ou nuirait au bon déroulement de la rencontre. Exemples:
 - Non respect des consignes des officiels et bénévoles.
 - Athlète qui nuirait à un autre.
 - **Briser ou enlever du matériel de signalisation sur le parcours.**
 - Si quelqu'un (spectateur, entraîneur, ...) soutient de quelque façon que ce soit un coureur durant la course. Ex: donner de l'eau, courir à côté, ...
 - Athlète dans la catégorie élite qui marche (à la discrétion de l'officiel de fin de peloton).
 - **Athlète ayant une tenue vestimentaire non conforme (ex: « jeans »)**
 - **Athlète courant avec des baladeurs (I-Pod, MP3 ou autres)**
- ❖ La propreté est une préoccupation de tous les instants pour le comité organisateur, essayons que cette préoccupation se propage à tous les participants et participantes.
- ❖ Toutes les personnes qui ne sont pas impliquées directement dans une course (spectateurs, entraîneurs, ...) doivent respecter les espaces réservés aux coureurs, du départ à l'arrivée.

Procédures au départ

- Rappeler aux athlètes: par de bousculades au départ.
- **PRIMAIRE et SECONDAIRE** : il y aura des corridors assignés et un entraîneur devra se placer devant ses athlètes (POUR ASSURER LE RESPECT DES CONSIGNES) et quitter (au signal) juste avant le départ. (Les athlètes de la même école doivent se placer un derrière l'autre soit en file indienne)
- Les athlètes doivent se présenter à la ligne de départ 15 minutes avant leur départ.
- Le commandement au départ sera: "À vos marques" puis un son de flûte donnera le départ.

Procédures à l'arrivée

- Dès que les athlètes franchiront la ligne, ils seront incités à avancer le plus rapidement possible vers la sortie.
- Les temps et position seront compilés par le système à puce.