



CHAMPIONNAT PROVINCIAL Cross-Country 2024

Cette semaine vous recevrez la liste des athlètes sélectionnés pour faire partie de la délégation de l'Outaouais au championnat provincial scolaire de Cross-Country 2024.

Date : 25 au 26 octobre 2024

Endroit : Parc Nature les Forestiers-de-Saint-Lazare
2800 Chemin Lotbinière Saint-Lazare, QC J7T 3H9
Stationnement disponible à proximité du site de compétition

Hébergement : Collège Bourget 65, rue St-Pierre Rigaud (QC) J0P 1P0
Une ou 2 salles de classe par sexe nous seront assignées dans l'école.

Alimentation : Souper vendredi : au site d'hébergement : 18h00
Déjeuner samedi : au site d'hébergement : 6h30
Dîner samedi : au site de compétition

Si un athlète a des problèmes d'allergie alimentaire, il est très important de le mentionner. Si un athlète suit une diète spéciale pour un problème de santé spécifique, il devra apporter sa nourriture.

	Féminins	Masculins
Équipes :	5 Moustiques	5 moustiques
	7 Benjamins	7 Benjamins
	7 Cadets	7 Cadets
	7 Juvéniles	7 Juvéniles

Responsables de la délégation : A venir (1)

Autres responsables adultes : A venir (3)

Réunion du responsable de la délégation : Jeudi 24 octobre 19h

Rejoignez la réunion maintenant : https://teams.microsoft.com/l/meetup-join/19%3ameeting_MjUwMmU2MTgtNmM3YS00MDE2LWI3ODEtMWYyNzNkN2ZjMTUw%40thread.v2/0?context=%7b%22Tid%22%3a%22b915b2e5-833a-4f93-92f7-a3a8189b7718%22%2c%22Oid%22%3a%22ff836499-43c4-4891-b7e3-4567fe3790d9%22%7d

Choses à apporter :

- Sac de couchage, matelas de sol, oreiller.
- Linge de sport pour la compétition et linge de rechange.
- Articles de toilette, effets personnels, serviette, maillot de bain, sandales pour la douche, etc.
- Collations non périssables pour grignoter pendant la fin de semaine, lunch ou argent de poche
- Bouteille d'eau, chapeau, crème solaire, vêtements chauds en cas de mauvais temps.

Coûts par athlète : (A venir)

Accréditation obligatoire :

Toute la délégation de l'Outaouais doit être accréditée en même temps, le vendredi soir entre 16h45 et 19h00.

La **CARTE D'ASSURANCE-MALADIE** et la **CARTE ÉTUDIANTE** avec photo sont obligatoires.

Un athlète qui ne peut fournir une preuve d'identité sera refusé sur le site de compétition.

IMPORTANT : L'athlète qui court scolaire et civil doit s'accréditer à la table du RSEQ SCOLAIRE pour récupérer son bracelet d'accréditation. Les dossards seront remis aux responsables des délégations.

Transport obligatoire : A venir

Il sera très important de nous indiquer à quel départ seront vos athlètes et accompagnateurs afin que l'on puisse remettre une liste à la responsable de la délégation.

Ces heures sont approximatives. On demande donc à tous **d'arriver au moins 15 minutes avant l'heure de départ prévue à leur arrêt.**

Nous ne pouvons pas prédire l'heure du retour car cela dépendra de l'heure à laquelle la compétition se terminera. Cependant, nous ferons les 2 mêmes arrêts au retour.

HORAIRE DU CHAMPIONNAT :

9h00 Moustique F 2 km (2 boucles de 1 km)

9h20 Moustique M 2 km (2 boucles de 1 km)

9h40 Benjamin F 3 km (1 boucle de 1km + 1 boucle de 2 km)

10h10 Benjamin H 3 km (1 boucle de 1km + 1 boucle de 2 km)

10h40 Cadet F 4 km (2 boucles de 2 km)

11h10 Cadet H 4 km (2 boucles de 2 km)

11h40 Juvénile F 5 km (1 boucle de 2 km + 1 boucle de 3 km)

12h20 Juvénile H 5 km (1 boucle de 2 km + 1 boucle de 3 km)

Site web du championnat : A venir

Si vous avez des questions, communiquez avec l'animateur sportif de votre école, il ou elle acheminera vos questions au personnel du RSEQ s'il ne peut y répondre personnellement.

BON CHAMPIONNAT À TOUS LES ATHLÈTES DE L'OUTAOUAIS !!!!!