

**SPORT. ÉDUCATION. FIERTÉ.**

**IRSEQ**®

**OUTAOUAIS**

**RÉGLEMENTATION SPÉCIFIQUE  
ATHLÉTISME SECONDAIRE  
CHAMPIONNAT RÉGIONAL  
2025**

## Table des matières

### Renseignements techniques

<b>Article 1.</b>	Installations	3
<b>Article 2.</b>	Équipement	3
<b>Article 3.</b>	Chronométrage	3
<b>Article 4.</b>	Catégories d'âge	3
<b>Article 5.</b>	Surclassement	4
<b>Article 6.</b>	Composition de la délégation	4
<b>Article 7.</b>	Accompagnement de la délégation	4
<b>Article 8.</b>	Chambre d'appel	5
<b>Article 9.</b>	Faux départ	5
<b>Article 10.</b>	Dossard	6
<b>Article 11.</b>	Récompenses	6
<b>Article 12.</b>	Classement	6
<b>Article 13.</b>	Bris d'égalité	6
<b>Article 14.</b>	Championnat provincial	7

### Règlements spécifiques aux épreuves

<b>Article 15.</b>	Préliminaires conduisant à la finale	7
<b>Article 16.</b>	Courses de 400 m	7
<b>Article 17.</b>	Courses de 800 m et plus	8
<b>Article 18.</b>	Marche	8
<b>Article 19.</b>	Haies	9
<b>Article 20.</b>	Lancers	9
<b>Article 21.</b>	Saut en longueur	9
<b>Article 22.</b>	Triple Saut	10
<b>Article 23.</b>	Saut en hauteur	10
<b>Article 24.</b>	Règlements officiels	10
<b>ANNEXE 1.</b>	Tableaux des épreuves	11
<b>ANNEXE 2.</b>	Programme de la compétition	13
<b>ANNEXE 3.</b>	Mode de sélection pour championnat provincial	14

## RENSEIGNEMENTS TECHNIQUES

### ARTICLE 1. INSTALLATIONS

- 1.1 Piste de 400 m, 8 couloirs en ligne droite et 6 couloirs en courbe.
- 1.2 L'aire de lancer du poids et du disque se trouve dans un cercle en béton.
- 1.3 L'aire de lancer du javelot sera sur le gazon entre l'école Mont-Bleu et le Cégep.
- 1.4 L'aire d'élan pour le saut en longueur et le triple saut est sur le tapis caoutchouté.

### ARTICLE 2. ÉQUIPEMENT

- 2.1 Tout le matériel (poids, témoin) sera fourni par le comité organisateur. Ce matériel sera le seul à pouvoir être utilisé. Il n'y aura pas de bloc de départ.
- 2.2 Les souliers avec crampons de 7 mm maximum sont permis.
- 2.3 Tous autres souliers à crampons sont interdits.

### ARTICLE 3. CHRONOMÉTRAGE

- 3.1 Le chronométrage s'effectue de façon électronique.

### ARTICLE 4. CATÉGORIES D'ÂGE

- 4.1 Le classement de catégories des athlètes s'effectue comme suit :

Catégorie	Date de naissance
Benjamin	1 <sup>er</sup> janv. 2012 au 31 déc. 2013
Cadet	1 <sup>er</sup> janv. 2010 au 31 déc. 2011
Juvenile	1 <sup>er</sup> juill. 2006 au 31 déc. 2009
Olympiques spéciaux	Élèves de 21 ans et moins
Les athlètes doivent respecter l'article 2 de la réglementation administrative	

- 4.2 Cependant, au niveau régional, les étudiants-athlètes qui sont nés entre le **1<sup>er</sup> juillet 2005 et le 30 juin 2006** seront admis à titre de J7 si les conditions suivantes sont respectées :
- Être en voie d'obtenir un D.E.S.
  - Fréquenter l'établissement scolaire au secteur jeunesse de son équipe pour l'année entière.
- 4.3 Si l'athlète J7 se classe dans les 3 meilleurs de son épreuve, il y aura un exæquo pour cette position et une médaille sera remise à chacun.
- 4.4 Les résultats de l'athlète J7 comptent dans le pointage de l'école, mais l'élève n'a pas l'accès au championnat provincial.
- 4.5 L'athlète J7 devra être ajouté sur S1 par le coordonnateur régional.

## ARTICLE 5. SURCLASSEMENT

- 5.1 Le surclassement simple est permis dans toutes les catégories. L'athlète doit toutefois se surclasser pour l'ensemble de ses épreuves.

## ARTICLE 6. COMPOSITION DE LA DÉLÉGATION

- 6.1 Il y a un maximum de 5 athlètes par catégorie, par épreuve et par établissement d'enseignement. Un total de 3 épreuves par athlète sera autorisé. Les 3 épreuves seront réparties de la façon suivante :
- 2 épreuves de piste et 1 épreuve de pelouse  
**ou**
  - 2 épreuves de pelouse et 1 épreuve de piste.

## ARTICLE 7. ACCOMPAGNEMENT DE LA DÉLÉGATION

### 7.1 Bénévoles-terrain :

- 7.1.1 Chaque établissement d'enseignement devra fournir un ou des bénévoles, selon l'article 7.1.2. Le bénévole sera assigné à une épreuve pour un ou des quarts de travail. Les coordonnées de ce bénévole doivent être envoyés via le formulaire en ligne prévu à cet effet avant le (mardi) de la semaine précédant la compétition. Les bénévoles et les responsables d'école recevront un courriel d'information dans la semaine précédant l'évènement.

### Bénévoles selon le nombre d'athlètes inscrits :

- 0 à 5 : **pas de bénévole**
- **6 à 10 athlètes** : 1 bénévole AM seulement
- **11 à 39** : 1 bénévole pour la journée (ou 2 bénévoles pour une 1/2 journée)
- **40 et +** : 2 bénévoles pour la journée (ou équivalent fractionné en 1/2 journée).

**7.1.2** Un non-respect de cet article engendra des frais supplémentaires de (30\$)/bénévole manquant.

### 7.2 Entraîneurs / Accompagnateurs :

**7.2.1** Tout établissement qui participera à l'événement devra **fournir un accompagnateur pour toute la journée et devra respecter son ratio imposé par l'école.**

**7.2.2** **Les noms des entraîneurs et accompagnateurs devront être inscrits sur la plateforme S1** avant le (mardi) de la semaine précédant la compétition.

**7.2.3** Un non-respect de cet article engendra des frais supplémentaires de (30\$) par accompagnateur manquant.

## ARTICLE 8. CHAMBRE D'APPEL

**8.1** Tous les athlètes devront être attentifs et se rendre directement à leur épreuve dès que celle-ci sera annoncée. Si une course est prévue au même moment qu'une épreuve de pelouse, l'élève doit se présenter à son épreuve de course en premier, tout en avisant l'officiel de l'épreuve de pelouse **au préalable**.

**8.2** Pour les courses, l'athlète doit donner son nom à l'aide au juge de départ. Dans l'éventualité où l'athlète n'est pas présent lors de l'appel, il sera exclu de son épreuve.

**8.3** Pour les épreuves de pelouse, l'athlète doit fournir son nom à l'officiel avant le début de l'épreuve. Si l'athlète ne respecte pas cette consigne, il sera exclu de son épreuve.

## ARTICLE 9. FAUX DÉPART

**9.1** Le premier faux départ d'une course est donné à tous les concurrents. Au 2<sup>e</sup> faux départ, l'athlète fautif est disqualifié.

## ARTICLE 10. DOSSARD

**10.1** Le port du dossard est obligatoire sous peine de disqualification. Le dossard doit être porté sur le dos pour le sprint (60 m à 200 m) et sur la poitrine pour toutes les autres épreuves.

## ARTICLE 11. RÉCOMPENSES

**11.1** Les remises des médailles s'effectueront au fur et à mesure de la journée dès que l'information sera fournie par la table de compilation.

**11.2** Les bannières qui sont remises aux meilleures équipes de chacune des catégories seront acheminées aux établissements scolaires après le championnat.

## ARTICLE 12. CLASSEMENT

**12.1** Le classement des équipes sera compilé selon le système suivant :

- 1<sup>ère</sup> position = 7 points
- 2<sup>e</sup> position = 5 points
- 3<sup>e</sup> position = 4 points
- 4<sup>e</sup> position = 3 points
- 5<sup>e</sup> position = 2 points
- 6<sup>e</sup> position = 1 point

**12.2** La somme des points obtenus par les **2 premiers** concurrents d'un établissement d'enseignement par épreuve et par catégorie déterminera le rang de l'établissement au classement par catégorie / sexe ainsi que dans toutes les catégories.

**12.3** La compilation finale des points par établissement d'enseignement s'effectuera à partir des points obtenus par la meilleure équipe (par catégorie/ sexe).

## ARTICLE 13. BRIS D'ÉGALITÉ

**13.1** Les bris d'égalité seront déterminés en vertu des règlements de la Fédération d'athlétisme du Québec.

**13.2** Dans les situations où le bris d'égalité s'avère impossible, le même rang donnera droit au même nombre de points ainsi qu'aux mêmes récompenses.

## ARTICLE 14. CHAMPIONNAT PROVINCIAL

- 14.1** Référez-vous à l'article 25 -CHAMPIONNATS PROVINCIAUX SCOLAIRES de la réglementation administrative du RSEQ Outaouais pour connaître les modalités.
- 14.2** Le RSEQ Outaouais déléguera un maximum quarante-huit (48) athlètes répartis selon le mode desélection expliqué à l'annexe C.
- 14.3** **Accompagnateurs:** Les institutions ayant plus de cinq (5) athlètes devront déléguer un accompagnateur-adulte pour l'encadrement des athlètes. Dans le cas contraire, un montant de 50\$ par athlète sera facturé à l'institution pour l'embauche d'un accompagnateur/accompagnatrice.

## RÈGLEMENTS SPÉCIFIQUES AUX ÉPREUVES

### ARTICLE 15. PRÉLIMINAIRES CONDUISANT À LA FINALE

- 15.1** Des préliminaires sont prévus pour les sprints (60 m, 80 m et 100 m) et pour les haies dans la mesure où il y a plus de 8 athlètes au départ. Dans le cas contraire, une finale remplacera les préliminaires et elle aura lieu à la même heure.
- 15.2** Tableau des préliminaires en finale, selon le nombre de vagues courues lors de l'épreuve:

Chronométrage manuel :

- 1 vague = finale
- 2 vagues = le premier de chaque vague + les 6 meilleurs temps
- 3 vagues = le premier de chaque vague + les 5 meilleurs temps
- 4 vagues = le premier de chaque vague + les 4 meilleurs temps
- 5 vagues = le premier de chaque vague + les 3 meilleurs temps
- 6 vagues = le premier de chaque vague + les 2 meilleurs temps
- 7 vagues et plus = Les 8 meilleurs temps

Chronométrage électronique :

- 1 vague = finale
- 2 vagues et plus = Les 8 meilleurs temps

- 15.3** Pour toutes les autres épreuves, il n'y aura pas de préliminaires, les temps détermineront le classement des athlètes.

## ARTICLE 16. COURSES DE 400 m

16.1 Les courses de 400 m se dérouleront en corridor si un nombre inférieur de 6 athlètes y participent. Dans l'éventualité d'un nombre plus élevé d'athlètes, ces derniers feront un départ de demi-fond. Un maximum de 12 athlètes par vague doit alors être respecté.

## ARTICLE 17 - COURSES DE 800 m ET PLUS

17.1 S'il y a moins de 10 athlètes dans une catégorie pour ces épreuves, il y aura un jumelage de catégories de façon systématique avec un maximum d'athlètes :

- Courses de 800 m : un total de 15 athlètes ;
- Courses de 1 200 m à 1 500 m : un total de 20 athlètes ;
- Courses de 2 000 m à 3 000 m : un total de 20 athlètes.

17.2 Si l'on prévoit surpasser ce nombre, il est impératif que les athlètes proviennent de la même catégorie et qu'ils soient de même sexe.

## ARTICLE 18 - MARCHE

18.1 Le juge en chef expliquera les règlements avant le départ.

18.2 S'il y a moins de 10 athlètes dans une catégorie pour ces épreuves, il y aura un jumelage de catégories de façon systématique. Le nombre d'athlètes à chaque épreuve sera jumelé comme à la course (voir règlement 3.3).

18.3 Si l'on prévoit surpasser ce nombre, il est impératif que les athlètes proviennent de la même catégorie et qu'ils soient de même sexe.

18.4 L'athlète doit toujours maintenir un contact avec le sol. L'athlète doit avoir la jambe tendue lors du passage à la verticale (le genou ne doit pas être fléchi).

18.5 Le port d'un short légèrement au-dessus du genou est recommandé, et ce, afin de permettre au juge d'évaluer la technique du marcheur.

18.6 **Avertissements du juge :**

18.6.1 Un panneau jaune signifie que l'athlète doit corriger sa technique.

18.6.2 Un panneau rouge signifie que l'athlète est disqualifié et qu'il doit immédiatement quitter la piste.

18.6.3 Lors des 200 derniers mètres, l'athlète peut être disqualifié par le juge en chef, et ce, même s'il n'a pas reçu d'avertissement durant la course.

18.6.4 Le juge en chef annonce, à la fin de l'épreuve, les athlètes qui ont été disqualifiés durant la compétition.

## ARTICLE 19. HAIES



Catégories	Distance (mètres)	Nombre de haies	Hauteur (pouces)	Début à la 1 <sup>ère</sup> haie (mètres)	Entres les haies (mètres)
Benjamin féminin	80	8	30	12	7,5
Benjamin masculin	80	8	30	12	7,5
Cadet féminin	80	8	30	12	8
Cadet masculin	100	10	33	13	8,5
Juvenile féminin	100	10	30	13	8,5
Juvenile masculin	110	10	36	13,72	9,14

## ARTICLE 20. LANCERS

**20.1** La pesanteur des poids, du disque et du javelot est conforme aux règles officielles pour chacune des catégories. Par ailleurs, chaque athlète effectuera 3 lancers et il n'y aura pas de finale dans cette épreuve.

## ARTICLE 21 - SAUT EN LONGUEUR

**21.1** Dans toutes les catégories, la planche d'appel sera utilisée.

**21.2** Chaque athlète effectuera trois sauts.

**21.3** Cette épreuve ne comporte pas de finale.

**21.4** Le standard de mesure ne s'applique pas au premier saut, mais s'applique au 2<sup>e</sup> et au 3<sup>e</sup> saut. L'officiel mesurera le standard de mesure puis l'identifiera à l'aide d'un objet, notamment un drapeau.

**Standard de mesure :**

Catégorie	Fille	Garçon
Benjamin	2,25 m (2,50)	2,75 m (3,25)
Cadet	2,75 m (3,40)	3,25 m (3,75)
Juvenile	3,25 m (3,60)	4 m (4,50)

## ARTICLE 22. TRIPLE SAUT

- 22.1** La distance entre la planche d'appel et la partie la plus rapprochée de la zone de réception se situera à au moins 7 m pour les garçons et à au moins 5 m chez les filles.
- 22.2** La distance s'élargira par la suite à raison de 2 mètres :
- Chez les garçons : 7 m, 9 m, 11 m, etc.
  - Chez les filles : 5 m, 7 m, 9 m, etc.

## ARTICLE 23. SAUT EN HAUTEUR

- 23.1** L'athlète est éliminé à la suite de 3 essais consécutifs ratés.
- 23.2** Hauteur de départ et élévation: (en mètres)

Benjamin		Cadet		Juvénile	
Féminin	Masculin	Féminin	Masculin	Féminin	Masculin
0,95	1,00	1,05	1,20	1,10	1,25
1,05	1,10	1,15	1,30	1,20	1,35

Toujours plus 5 cm, jusqu'au 3 derniers participants élévation de la barre au choix des participants d'au moins 2 cm

\*La hauteur de départ et la progression sera ajustée selon le nombre de participants

## ARTICLE 24. RÈGLEMENTS OFFICIELS

- 24.1** Le championnat régional scolaire d'athlétisme est soumis aux règlements de la Fédération d'athlétisme du Québec. (<http://www.iaaf.org/about-iaaf/documents/rules-regulations>).
- 24.2** Les règlements officiels du RSEQ ont préséance sur la réglementation de la Fédération québécoise d'athlétisme.
- 24.3** Les règlements administratifs du RSEQ Outaouais doivent être respectés.

## ANNEXE 1. TABLEAUX DES ÉPREUVES

### ÉPREUVES FÉMININES :

ÉPREUVE	BENJAMIN	CADET	JUVÉNILE	OLYMPIQUES SPÉCIAUX
80 m	X			
100 m		X	X	X
150 m	X			
200 m		X	X	X
400 m			X	
800 m	X	X	X	
1200 m	X	X		
1500 m			X	
2000 m		X		
3000 m			X	
80 m - haies	30 po	30 po		
100 m - haies			30 po	
800 m - marche	X			
1500 m - marche		X		
3000 m - marche			X	
Hauteur	X	X	X	
Longueur	X	X	X	X
Triple saut		X	X	
Poids	2 kg	3 kg	3 kg	6 lbs
Disque	600 g	1 kg	1 kg	
Javelot	400 g	500 g	500 g	

\*\* Aucun relais

**ÉPREUVES MASCULINES :**

ÉPREUVE	BENJAMIN	CADET	JUVÉNILE	OLYMPIQUES SPÉCIAUX
80 m	X			
100 m		X	X	X
150 m	X			
200 m		X	X	X
400 m			X	
800 m	X	X	X	
1200 m	X	X		
1500 m			X	
2000 m		X		
3000 m			X	
80 m - haies	30 po			
100 m - haies		33 po		
110 m - haies			36 po	
800 m - marche	X			
1500 m - marche		X		
3000 m - marche			X	
Hauteur	X	X	X	
Longueur	X	X	X	X
Triple saut		X	X	
Poids	3 kg	4 kg	5 kg	6 lbs
Disque	750 g	1 kg	1,5 kg	
Javelot	500 g	600 g	700 g	

\*\* Aucun relais

## ANNEXE 2. PROGRAMME DE LA COMPÉTITION

### Journée de la compétition :

- (6h15) : Arrivée du comité organisateur
- (7h 00) : Réunion du comité organisateur
- (7h45) à (8h15) : Arrivée des athlètes, entraîneur et bénévoles
- (8h10) à (8h30) : Accréditation des écoles (Tente du RSEQ)
- (8h15) : Réunion des officiels
- 8 h 25 : Réunion des entraîneurs
- 8 h 40 : Athlètes des premières épreuves se rendent à la ligne de départ
- 8 h 50 : Début des compétitions
- Début pm : Réunion des entraîneurs
- En avant-midi : Début des remises de médailles (Tente du RSEQ)
- 17 h 00 : Fin des compétitions et départ des athlètes

Un document d'information avec les derniers détails sera envoyé 2 à 3 jours avant la journée de compétition.

## ANNEXE 3. MODE DE SÉLECTION POUR CHAMPIONNAT PROVINCIAL

### 1) Une liste prioritaire est faite en fonction de :

3 médailles d'or
2 médailles d'or + argent
2 médailles d'or + bronze
2 médailles d'or
1 médaille d'or + 2 argent
1 médaille d'or + 1 argent + 1 bronze
1 médaille d'or + 1 argent
1 médaille d'or + 2 bronze*
1 médaille d'or + 1 bronze*
1 médaille d'or
3 argents
2 argents + 1 bronze*
2 argents
1 argent + 2 bronze*
1 argent + 1 bronze*
1 argent

\* Au championnat provincial, il y a un maximum de 2 athlètes par catégorie, par sexe, par épreuve et par région. L'athlète ne performera donc pas automatiquement dans cette épreuve. Les médaillés d'or et d'argent sont prioritaires.

- 2) Les athlètes sur la liste prioritaire doivent confirmer leur place. Si plus de 48 athlètes prioritaires sont intéressés, le RSEQ se laisse la discrétion de faire le choix final.
- 3) À la suite des réponses favorables des athlètes qui veulent participer au provincial, rajout des épreuves possibles.