



Juin-Juillet 2006

Championnats québécois sur route Élite

LB – Prenez note que les Championnats québécois sur route Élite, regroupant les coureurs des catégories junior, senior et maître, hommes et femmes, auront lieu les 26 et 27 août prochain, suite à l'annulation du Cyclefest et de la Classique Cyclefest, prévus les 25 et 27 août. Les Championnats sont donc avancés d'une semaine par rapport aux dates initialement indiquées dans le Guide des sports cyclistes 2006. Tous les détails relatifs aux Championnats québécois sur route seront disponibles sous peu dans la section info-course du site internet.

30e anniversaire des Jeux Olympiques de Montréal 1976
Souvenir de la piste



Gregor Braun, Allemagne

NOS PARTENAIRES



Présentation de la licence obligatoire aux courses

Louis Barbeau – Nous vous rappelons qu'à compter du 15 juillet prochain, la présentation de la licence sera obligatoire dans toutes les courses. Les athlètes qui n'auront pas leur licence avec eux, se verra imposer une amende de 10\$ pour pouvoir prendre part à la compétition, et ce à chaque course où ils n'auront pas leur licence entre le 15 juillet et la fin de la saison. Cette mesure s'appliquera pour tous les coureurs et dans toutes les situations.

Ainsi, les coureurs qui ont perdu leur licence devront contacter la FQSC pour obtenir un duplicata afin de pouvoir participer à la compétition. L'émission d'un duplicata entraîne un coût de 10\$. Dans le cas des coureurs qui n'ont pas reçu leur licence, en raison d'un dossier incomplet au moment de leur demande de licence (certificat de naissance manquant, signature manquante), il leur suffit de faire parvenir le document manquant à la FQSC par courrier, courriel ou télécopieur, afin que nous puissions précéder à l'émission de leur licence. À défaut de produire ces pièces manquantes, la licence ne sera pas émise et le coureur se verra de ce fait imposer l'amende de 10\$.

Les coureurs doivent considérer le fait d'avoir leur licence avec eux lors de l'inscription comme étant équivalent à avoir leur permis de conduire lorsqu'ils sont au volant de leur voiture. Il n'y a de ce fait aucune raison valable de ne pas avoir votre licence avec vous.

Enfin, tout coureur qui adoptera un comportement grossier ou agressif à l'endroit des personnes responsables des inscriptions aux courses (commissaires ou autres) qui leur demanderont leur licence, pourra faire l'objet de sanction de la part de la FQSC.

UNION CYCLISTE INTERNATIONALE		2004
ASSOCIATION CYCLISTE CANADIENNE		
Cat. UCI:	Code UCI:	
Cat. Nat.:	Sexe:	
Nom/Prénom:	Adresse:	
Naissance:	Age:	
Nationalité:	Tél.:	
Équipe (GS):		
Club:	021598	
Préparée:		

À partir du 15 juillet, vous devrez obligatoirement présenter votre licence pour votre inscription

Coupe de la Paix

LB – La 3^e édition de la Coupe de la Paix a sacré deux champions cyclistes, soit la canadienne Merril Collins (La Bicycleta) et l'Australien Wes Sulzberger (Southaustralia.com). Mise sur pied en 2004 par Federico Corneli, la Coupe de la Paix a franchi une étape importante dans sa jeune histoire, passant d'un critérium de niveau provincial à une série de quatre critériums de sanction nationale. Les courses disputées du 22 au 25 juin à Laval, Mascouche, Repentigny et Blainville, ont donné lieu à des spectacles très relevés et ont permis à plusieurs athlètes de mettre la main sur des bourses très généreuses, qui totalisaient 50,000\$, du jamais vu pour une telle série au Québec.

Si les grands honneurs de la Coupe de la Paix ont été remportés par des coureurs de l'extérieur du Québec, les Québécois ne se sont pas moins illustrés tout au long des quatre journées de compétition. Chez les hommes, Dominique Rollin (V.C. Roubaix), termine deuxième du classement cumulé aux points avec un total de 600, soit seulement 10 de moins que le vainqueur. Rollin a notamment remporté



Le podium final - Photo : Guy Maguire

l'épreuve de Laval et terminé 2^e lors de l'étape de Repentigny. David Veilleux (Garneau Optik) et Benjamin Martel (Sleeman Clear Énergie) ont également bien fait, remportant respectivement les étapes de Repentigny et de Blainville. Chez les femmes, Anne Samplonius (Biovail) et Emilie Roy se sont méritées chacune une victoire, à Blainville et à Repentigny et ont terminé respectivement troisième et quatrième au classement cumulé de la série.

Les organisateurs de la Coupe de la Paix, le trio composé de Federico Corneli, Paulo Mori et Lea Slavatore se disent très satisfaits de l'édition 2006 et réservent de belles surprises pour 2007, dont possiblement l'ajout d'une ou deux autres étapes.

Championnats canadiens sur route

LB – Il y avait plus de 20 ans que la ville de Québec avait accueilli les Championnats canadiens de cyclisme sur route. En 2006, Québec et Lévis étaient l'hôte respectivement des épreuves sur route et de CLM individuel. Organisés par Podium International, un des objectifs de l'événement était de démontrer que Québec constituait un site idéal pour la tenue de cet événement en 2008 à l'occasion des fêtes du 400^e anniversaire de la Ville de Québec. Les coureurs des différentes catégories ont eu droit à un magnifique parcours de 12, 7 km au tour en plein cœur de la ville de Québec, avec au menu l'ascension de la Côte Guilmore.

Le Québec constitue une force sur la scène nationale en cyclisme sur route. Si cette réputation est fondée sur des années d'excellents résultats, c'est toutefois sur la route et non sur papier que le tout se joue. Si dans les catégories maîtres, c'est surtout pour l'honneur et le plaisir que les coureurs se disputent les titres nationaux, dans les catégories junior, élite, espoir (moins de 23 ans) et handisport, les enjeux sont encore plus importants, l'obtention d'un titre national garantissant dans la plupart des cas un laisser passer en vue des Championnats du monde sur route.

Il est toujours très difficile de faire ressortir une performance dans le cadre d'un événement d'une telle importance, sans commettre d'impair et oublier quelqu'un. Toutefois, les principales performances québécoises que je retiens sont celles de Dominique Rollin (champion canadien Élite sur route), David Veilleux (champion canadien Espoir sur route et au CLM individuel) et Karol-Ann Canuel (championne canadienne Junior sur route). Les performances de ces athlètes résident non seulement dans leur résultat final, mais également dans la façon dont ils ont dominé et remporté leur épreuve.

Voici la liste des titres nationaux remportés lors des Championnats canadiens sur route en 2006 :

CLM

Maître A	U23
Michel Brazeau	David Veilleux
Rouleurs Outaouais	Équipe du Québec

Route

Junior F	Maître B	Maître A	Élite H
Karol-Ann Canuel	Stéphane Lebeau	François Brunelle	Dominique Rollin
Équipe du Québec	Opus	Sleeman/Gear/Energie	VC Roubaix

Pour tous les résultats, veuillez consulter le lien suivant :

<http://www.canadian-cycling.com/French/discipline/route/routechampnat.htm>

En route vers le Tour

Propos recueillis de Charles Dionne

Ce n'est pas du tout le genre de saison à laquelle j'aspire. Les problèmes avec ma jambe ne se sont pas réglés, mais après plusieurs tests effectués en Espagne, dont le plus récent une artériographie, le diagnostic d'une endofibrose artérielle iliaque semble être la plus probable. Je dois subir une autre artériographie prochainement afin de confirmer le tout avec précision, ce qui permettrait de fixer une date pour une intervention chirurgicale afin de remédier au problème.

Ce qui est rassurant de ce type de blessure, c'est que plusieurs cyclistes sont passés par là et sont revenus par la suite à la compétition complètement rétablis. Conscient que ma saison 2006 est maintenant très compromise, c'est vers 2007 que je me tourne résolument. La carrière d'un coureur cycliste est souvent ponctuée d'embûches, qu'il suffit de surmonter. Je sais que dans mon cas, ce n'est qu'une question de temps, et j'ai déjà hâte d'enfourcher mon vélo pour disputer ma prochaine course.

Je profite de l'occasion pour remercier les personnes qui continuent de me supporter et de m'encourager : mes parents, mon équipe, mes commanditaires, mon entraîneur, ...



Dominique Rollin et David Veilleux
Champions canadiens sur route



Tour Drytex – Louis Garneau

LB – Le Tour Drytex Louis Garneau se tiendra du 3 au 6 août prochain pour les coureurs des catégories cadets (H et F) et junior F. Cette compétition se veut d'une certaine façon une préparation à des courses par étapes comme le Tour de l'Abitibi. Nous invitons tous les athlètes des catégories concernés à prendre part à cette compétition. Pour de plus amples informations, veuillez consulter le lien info-course du site internet.

Championnat québécois de CLM par équipe – G.P. Président

LB – Le club VCOM organisera pour une deuxième année consécutive à Ste-Marthe (près de Rigaud) le Championnat québécois de CLM par équipe dans le cadre du Grand Prix du Président. Cette épreuve de 65 km se veut d'une certaine façon un lien avec un passé encore récent, alors que le CLM par équipe figurait au programme des Championnats du monde et des Grands Jeux. Mise de côté dans le cadre de ces événements, cette épreuve n'en demeure pas moins une des plus belles épreuves sur route, du moins au point de vue technique. Certaines compétitions internationales, comme le Tour de l'Abitibi, ont conservé cette épreuve, et la FQSC compte en faire autant pour ses Championnats québécois sur route.

52-12 est réalisé par la section route et piste de la FQSC.
Comment nous rejoindre?
Téléphone: (514) 252-3071
Télécopieur: (514) 252-3165
Courriel: rp@fqsc.net
Site internet: www.fqsc.net

Le Tour versus la Vuelta

Guy Thibault, Ph.D., Direction du sport et de l'activité physique, ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport et Département de kinésiologie, Université de Montréal

Le Tour de France est reconnu comme l'événement sportif le plus difficile au monde. Depuis sa création en 1903, le Tour est d'une longueur moyenne de plus de 4300 km, soit plus que le Giro d'Italia et la Vuelta a España. Comme les coureurs cyclistes ont généralement tendance à se pousser encore plus fort quand les courses sont plus courtes, et comme la Vuelta compte des montées extrêmement « pentues », on peut faire l'hypothèse que l'épreuve ibérique est au moins aussi difficile que l'épreuve hexagonale.

Des chercheurs de Madrid ont calculé le stress physiologique de sept coureurs qui ont participé au Tour et à la Vuelta (entre 1997 et 2001), en mesurant le temps total passé à intensité moyenne, élevée ou très élevée, soit < 75, entre 75 et 90 et > 90 % du VO2max, respectivement. Leurs données indiquent qu'en dépit du fait que le Tour de France soit systématiquement plus long, la Vuelta a España est une compétition tout aussi exigeante. Pendant la Vuelta, les pros ont en effet tendance à passer un peu moins de temps à intensité moyenne (FC < 154 bpm) et un peu plus à intensité élevée (154 < FC < 173 bpm) ou très élevée (FC > 173 bpm), ce qui compenserait la durée sensiblement moins grande de la Vuelta, au dire des chercheurs espagnols.

Source : [Medicine in Sciences & Sports & Exercice](#)

Championnats canadiens sur piste (juniors – masters – handisport)

LB – Bromont était l'hôte des Championnats canadiens sur piste pour les athlètes des catégories junior, maître et handisport, du 6 au 9 juillet dernier. En effet, cette année, les coureurs de la catégorie senior disputeront leur championnat au 8 au 10 septembre à Dieppe, au Nouveau-Brunswick. Malgré l'absence

des seniors, l'événement a connu un grand succès, tant au niveau de la participation – 75 athlètes, que de l'organisation (déroulement, température,...).

Les championnats canadiens juniors sur piste sont souvent l'occasion de découvrir de nouveaux talents. Si cela est vrai de façon générale, ce l'est encore plus au niveau des juniors. À cet égard, Stéphane Cossette et Laurie-Anne Dupont-Renaud constituent à coup sûr les deux plus belles surprises de cet événement. À sa première saison chez les juniors, Stéphane Cossette a fait écarquiller les yeux de bien des personnes remportant les épreuves de vitesse, de keirin et de madison, cette dernière en compagnie de David Bergeron. En plus de ses trois titres nationaux, Cossette s'est également mérité trois médailles d'argent au kilomètre, en vitesse par équipe et à la scratch. Ce qui retient surtout l'attention au niveau des performances de Cossette, ce sont ses démarrages et sa pointe de vitesse une fois lancé.

Quant à Laurie-Anne Dupont-Renaud, championne canadienne junior en

vitesse et au 500m, ses résultats prennent toute leur signification lorsqu'on se rappelle qu'elle est d'âge cadet et qu'elle était surclassée pour ces championnats.

Voici la liste des autres titres remportés par des Québécois lors des ces Championnats. Tous les résultats sont également disponibles à l'adresse suivante : <http://www.fqsc.net/06/Comp/piste/InfoCourses.htm>

Poursuite Individuelle

Gérard-Louis Robert (Maître C), Stéphane Lebeau (Maître B),

500m/Kilo

Suzie Bélanger (Maître F), Laurie-Anne Dupont-Renaud (Junior F),

Course aux Points

Gérard-Louis Robert (Maître C)



Eric Smith, Alberta
Deux records canadien
junior – Kilo -
Poursuite

Scratch

Gérard-Louis Robert (Maître C)

Vitesse

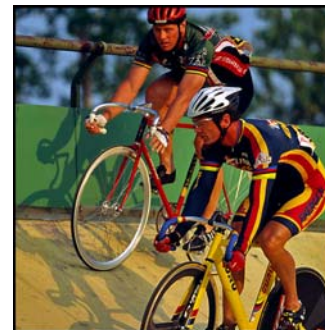
Laurie-Anne Dupont-Renaud (Junior F),
Stéphane Cossette (Junior H)

Keirin

Stéphane Cossette (Junior H)

Madison Junior H

Stéphane Cossette et David Bergeron



Un duel de Champion
Gérard-Louis Robert
vs Gordon Singleton
Photo : Justin Knotzke

La fameuse périodisation

Guy Thibault, Ph.D., Direction du sport et de l'activité physique, ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport et Département de kinésiologie, Université de Montréal

Dans le jargon des spécialistes de la planification de l'entraînement, on appelle « cycle d'entraînement » une phase clé d'un plan classique d'entraînement à long terme. Plusieurs entraîneurs divisent le plan annuel d'entraînement en « cycles » de diverses durées pouvant être appelés microcycles (généralement une semaine), mésocycles (généralement un mois) et macrocycles, et leur attribuent des objectifs particuliers (ex. la vitesse de pointe ou la PAM). Il peut par exemple s'agir des phases suivantes :

- musculation avec accent sur l'endurance, puis la force et finalement la vitesse;
- accent sur l'endurance à vélo, puis la PAM, puis la capacité anaérobie;
- phase compétitive avec accent sur le développement et l'entretien du sens stratégique;
- phase post-compétitive d'entretien;
- phase de récupération annuelle.

Ainsi, on dit que ces plans d'entraînement sont « périodisés ». Peu de recherches ont été effectuées jusqu'à maintenant pour apprécier la valeur de la périodisation, mais on peut logiquement penser qu'un plan annuel « périodisé » d'entraînement donnera de meilleurs résultats. L'idée, c'est d'insister sur le développement d'une qualité physique pendant plusieurs semaines, puis de l'entretenir par la suite, tout en mettant l'accent sur une autre qualité au cours des semaines subséquentes. Cette approche est cohérente avec un fait bien connu des scientifiques du sport : ce qui est difficile, c'est de développer une qualité physique, mais lorsqu'elle a atteint un certain niveau, on peut la maintenir assez facilement.

En attente de la prochaine grande vedette québécoise

LB – Plus d'une centaine de coureuses ont pris part aux Épreuves de la Coupe du Monde féminine de Montréal en 2006. Débutant par la présentation de la Coupe du Monde sur le Mont-Royal, c'est l'Allemande Judith Arndt (T-Mobile) qui a remporté les honneurs de cette course, devançant au sprint la Galloise Nicole Cooke, meneuse au classement de la Coupe du Monde et l'Américaine Kristin Armstrong. Le Tour du Grand Montréal disputé en quatre étapes a encore donné lieu à une course âprement disputée, où chaque seconde obtenue à la faveur des sprints de bonification ou lors des arrivées d'étapes, avait une importance capitale pour le classement général. C'est finalement l'Américaine Christine Thorburn (Webcor) qui remporte les grands honneurs, suivie de près des Allemandes Trixi Worrack et Judith Arndt, à 2 et 3 secondes respectivement de la gagnante.

Après un retrait de la compétition d'un an, le retour d'Ann Samplonius au sein du peloton féminin permettait d'espérer possiblement un podium de la part de cette dernière lors du Tour du Grand Montréal. Bien qu'elle n'y soit pas parvenue, sa 9^e place au classement général de cette compétition (2^e canadienne) constitue néanmoins une excellente prestation.

Au cours des années antérieures, les épreuves de la Coupe du Monde féminine de Montréal avaient choyé les amateurs de cyclisme de la région métropolitaine, avec la présence de vedettes, telles que Lyne Bessette, Geneviève Jeanson et Clara Hughes. Avec le retrait de la compétition de ces trois cyclistes, les yeux sont désormais tournés vers les jeunes athlètes talentueuses du Québec, comme Audrey Lemieux, Joëlle Numairville, Emilie Roy et Karol-Ann Canuel. S'il est prématuré de faire des prédictions quant à ce que ces cyclistes accompliront sur la scène internationale féminine, ces compétitions en sol québécois constituent une opportunité unique pour ces athlètes de se développer et à la population québécoise de les découvrir.



Émilie Roy effectuait un retour à la compétition
Photo : G. Maguire

Valeriy Kobzarenko victorieux en Beauce

LB – Le Tour de Beauce a obtenu ses lettres de noblesse depuis longtemps. On se surprend des fois à regarder les classements du Tour de France et à se rappeler que plusieurs des grands noms du cyclisme sur route masculin international, ont d'abord fait leur marque au Tour de Beauce. Pour n'en nommer que quelques uns, mentionnons les noms de l'Américain Levi Leipheimer et de l'Australien Michaël Rogers, qui ont remporté le Tour de Beauce en 1998 et 1999 pour le premier et en 2002 pour le second. Ces deux coureurs ne sont que quelques exemples de la qualité des coureurs que la Beauce accueille à chaque année.

La 21^e édition du Tour de Beauce n'a pas fait exception à cette règle. Avec le plus gros peloton de son histoire, soit 139 coureurs répartis dans 22 formations, en provenance de partout dans le monde, l'édition 2006 comptait notamment sur la présence de Sergey Lagutin, (Navigators Insurance), champion du monde sur route chez les moins de 23 ans en 2003, à Hamilton. Ce dernier s'est d'ailleurs imposé comme l'un des meilleurs coureurs du Tour, terminant 2^e du classement général, en plus de remporter l'étape mythique du Mont Mégantic. C'est toutefois un des coéquipiers au sein de l'équipe Navigators Insurance, l'Ukrainien Valeriy Kobzarenko qui est sacré champion du Tour et qui succède à l'Australien Nathan O'Neil. Nul doute que Kobzarenko et Lagutin feront leur marque en sol européen sous peu.



Le podium
Photo : Tour de Beauce



Si les coureurs québécois n'ont pas occupé les places d'honneur comme ce fut le cas en 2006, ils ne sont pas moins illustrés pour autant. En raison d'un conflit de dates avec une course américaine, certains coureurs tels que Martin Gilbert et Dominique Perras n'ont pu prendre part au Tour. Au classement général, c'est Mathieu Roy (Garneau Optik) qui se classe le mieux avec une 31^e position à 22min 30sec du vainqueur.

Photo : Tour de beauce

Les Québécois bien représentés au Tour de l'Abitibi

LB – Le Tour de l'Abitibi célèbre son 38^e anniversaire en 2006, du 17 au 23 juillet prochain. À cette occasion les cyclistes québécois tenteront de rééditer l'exploit de David Veilleux, vainqueur du Tour en 2005. Rappelons qu'il s'agissait du premier Québécois à remporter le Tour depuis Guillaume Belzile en 1994.



L'équipe du Québec pour le Tour sera composée de David Bergeron, Vincent Blouin, Cédric Bourgeois, Michaël Joannisse, David Nadeau et André Tremblay. Deux Québécois, Guillaume Boivin et William Goodfellow, feront partie de l'équipe canadienne lors de cette compétition.

En plus de l'équipe du Québec, cinq autres formations québécoises seront au nombre des 26 équipes inscrites au Tour. Il s'agit d'André Cycle/idCad, de CIBC Wood Gundy, d'Élicycle Sports Experts, du Véloclub Longueuil et de Volkswagen Trek.

Championnat québécois sur piste

LB – La FQSC organisera le Championnat québécois sur piste au vélodrome du Centre national de cyclisme de Bromont les 29 et 30 juillet prochains. Au cours des derniers mois, nous avons poursuivi nos démarches visant à obtenir un vélodrome couvert dans un avenir rapproché. Nous invitons les coureurs des catégories minime à maître à participer une fois de plus en grand nombre à cet important événement. Pour plus d'informations, veuillez consulter le lien suivant :

<http://www.fqsc.net/06/Comp/piste/Info-course/P-info-ChampQc-Piste06.pdf>



Ça va rouler à Bromont les 29-30 juillet prochain ! - Photo : J. Knotzke

Dans la cour des grands

Lawrence Leroux – « J'ai une opportunité pour toi. Que dirais-tu de t'entraîner au Centre Mondial à Aigle en Suisse pour 6 semaines en prévision des Mondiaux Juniors 2006? »

Quand Éric Van den Eynde m'a posé la question, je suis tout d'abord resté sans voix; toutes les implications ont, une à une, défilé dans ma tête et m'ont convaincu qu'il s'agissait d'une chance unique offerte à peu de cyclistes juniors dans le monde. J'ai donc plongé et aussitôt l'école terminée, j'arrivais à Aigle le 21 juin avec mon bagage.

Le programme au CMC, conçu par Frederic Magnie (7 fois Champion mondial sur piste) est calqué sur le programme français qui, comme on sait, a fait ses preuves. Il est administré au quotidien par Richard Wooles, entraîneur gallois ayant déjà eu la responsabilité des équipes masculine et féminine du Royaume Uni et différent de ce à quoi je m'attendais. Contrairement aux programmes de sprint plus récents comme celui des Australiens, il met l'accent sur un équilibre entre le gymnase (musculture), la capacité aérobique (route) et les efforts sur piste.



Lawrence Leroux



Le vélodrome du CMC à Aigle

Photo : <http://www.cmc-aigle.ch/Fr/>

Je suis jumelé ici à 3 autres sprinteurs masculins juniors, les champions du Chili, de l'Argentine et de l'Estonie. Cedric Stoller, le sprinteur suisse et Shuang Guo de la Chine s'entraînent aussi souvent avec nous. Ainsi, nous avons 11 entraînements par semaine dont 3 en gymnase, 4 sorties sur route et 4 entraînements sur piste. Le programme d'affûtage (tapering) commence cette semaine, le gym s'effaçant dans le but de réduire la fatigue et comme nous dit Richard, alors nous allons «flyer». Le vélodrome est merveilleux, une piste de 200 m en bois à l'intérieur, conçue par les frères Schuermann et nous bénéficions de soigneurs, positionneurs et mécanos pour aplanir les moindres détails nous laissant comme seule tâche d'aller plus vite (ouf!!).

Les résultats sont déjà là et les temps s'améliorent de façon constante, Il reste 3 semaines à profiter de cette opportunité inestimable et j'entends en savourer chaque minute. Le coach m'a transféré 12 Gig de vidéos de piste des plus grands à regarder le soir pour faire de beaux rêves et ça marche. Je m'endors en copiant Rousseau, Tournant et Harnett.

Au départ je craignais de m'ennuyer un peu, mais le soir je suis si fatigué que je m'endors instantanément en me couchant. Je remercie l'ACC pour cette opportunité et M. Barbeau pour m'avoir donné l'occasion de vous parler de mon expérience au

Arche de départ et arrivée

LB – La FQSC a fait l'acquisition au cours du dernier mois d'une arche gonflable servant au départ et arrivée des courses. Les organisateurs intéressés à une telle installation peuvent désormais la louer à la FQSC pour la somme de 150\$ par jour ou 100\$ pour une soirée. Le principal avantage pour un organisateur d'utiliser une telle structure est la possibilité d'afficher des bannières au nom de ses commanditaires. Toute personne intéressée à louer l'arche doit contacter la FQSC pour en vérifier la disponibilité ainsi que pour obtenir les spécifications quant aux dimensions des bannières pour art être apposées.



Les Championnats canadiens – Épreuves de sélection pour les Championnats du monde de cyclisme handisport

Chantale Philie, DT handisport – Les différentes épreuves des Championnats canadiens sur route et sur piste ayant lieu respectivement à Québec et à Bromont cette année, servaient de sélection pour les Championnats du monde qui auront lieu du 4 au 18 septembre prochain, à Aigle en Suisse, organisés par l'UCI. Outre les bonnes performances de nos athlètes québécois, notons la grande participation aux courses handisports cette année. Plus de 16 québécois ont participé aux épreuves et 11 athlètes de l'extérieur.

Championnat canadien sur route



Photo : canadiancyclist

Pour une première participation le tandem de Daniel Chalfour et Normand Couillard (pilote) en a surpris plus d'un, terminant 3^e au contre-la-montre et à la course sur route. Malgré un bris mécanique dans les derniers tours du parcours de route qui a occasionné un retard important, le tandem a fait preuve de détermination et a terminé la course. Malheureusement, Stéphane Côté et Sébastien Moquin (pilote) ont chuté presque à la fin de leur course sur route et n'ont pu terminer.

De son côté Jean Quevillon (CP 3), fidèle à son habitude, a tout dominé. Nous pouvons même dire qu'il a fait un des meilleurs CLM de sa vie au plan physique et technique en maintenant une moyenne de 40km/h sur une distance de 9,2 km. Sébastien Bouchard, dans la même catégorie que Jean, en était à sa toute première expérience de course à ce niveau. Il a terminé avec un retard de 2 minutes sur Jean au contre-la-montre et 1min 29sec lors de la course sur route. Avec un peu plus d'entraînement et d'expérience, Sébastien pourrait être une bonne relève.



Photo : canadiancyclist

Huit cyclistes à main ont pris le départ des courses sur route dans les trois catégories de handicap. Pour plusieurs d'entre eux, il s'agissait d'une première expérience à ce niveau de compétition. Notons entre autres le jeune Sébastien Fortier (20 ans) qui a participé à la majorité des courses cette saison et semble déterminé à évoluer dans cette discipline. Mark Beggs a dominé chez les HC B en réalisant son meilleur contre-la-montre à vie, maintenant une moyenne de 33.3km/h, ce qui l'aurait probablement placé dans le top 5 lors d'une course internationale. Quant à Rico Morneau, qui effectuait un retour à la compétition après un arrêt de quelques mois, il a très bien tiré son épingle du jeu, terminant deuxième dans les deux épreuves au programme.

Finalement, nous ne pouvons passer sous silence les performances d'Éric Bourgault (LC 2). Ayant terminé dans le même temps que Mark Breton (LC 1) dans la course sur route et à 42 sec de ce dernier dans le CLM, Éric a démontré à tous sa force. À sa première course sur route internationale l'an dernier, il avait pris le 9^e rang du peloton de 23 coureurs, lui permettant ainsi de réaliser ses standards de brevet, et ce malgré une prothèse non adaptée au vélo, un vélo trop petit et une mauvaise position. Maintenant bien équipé, Éric poursuit sa progression et se rapproche dangereusement de Mark Breton qui court dans une catégorie moins handicapée qu'Éric, une motivation certaine pour celui-ci.

Championnat canadien sur piste



Photo : ACC

À la suite de la blessure de Sébastien Moquin la semaine précédente, Pierre-Olivier Boily a renoué avec le tandem en pilotant de nouveau le vélo de Stéphane Côté. Rappelons que Boily a subi un accident majeur en janvier dernier, qui lui a valu un mois d'hospitalisation et un mois de réadaptation. Chalfour et Couillard, à leur première expérience sur piste, ont malheureusement eu plusieurs problèmes mécaniques. Il faut dire qu'ils utilisaient un tandem qui n'avait pas servi depuis plusieurs années.

Soulignons également les bonnes prestations des autres Québécois, Jean Quevillon, Mark Breton et Eric Bourgault, qui, en dépit d'un faible nombre d'heures consacrées à la piste, ont démontré leur compétitivité.

Les Québécois aux Championnats du monde

Nous sommes particulièrement fiers de vous présenter les Québécois qui feront partie de l'équipe canadienne sélectionnée pour les Championnats du monde 2006.

Stéphane Côté
Pierre Olivier Boily (pilote)
Mark Breton (LC 1)
Éric Bourgault (LC 2)
Jean Quevillon (CP 3)
Mark Beggs (HC B)
Rico Morneau (HC B)

Refonte du système de pointage Super-Prestige

Pierre-Etienne Grégoire – Historiquement, l'ACVQ a toujours privilégié une philosophie égalitaire en ce qui concerne la rétribution des pointages accordés aux différentes courses, quelque soit le niveau de difficulté, que ce soit au niveau individuel ou au niveau du classement par équipe. Suite à la constatation que cette façon de faire a conduit dans les dernières années à certaines injustices, le conseil d'administration de l'ACVQ a décidé d'apporter quelques modifications au classement individuel, et à modifier de façon importante le calcul des points par équipe.

Au niveau de la distribution des points individuels, le point litigieux se rapportait principalement aux pointages accordés lors des courses par étape : un coureur terminant vingtième au contre la montre et premier au critérium se voyait généralement attribué le même pointage qu'un coureur terminant quarantième pour le cumulatif des deux étapes. Pour palier à cette injustice, il a été décidé que des points seraient accordés pour chacune des étapes plutôt que pour le cumulatif des deux (Charlevoix) ou trois (Coupe des Amériques) premières étapes. Les points accordés pour chacune des étapes seront dorénavant distribués tel que montrés à la grille des points ci-après. Il a été aussi décidé d'accorder un cinq points supplémentaire à la course sur route de Charlevoix, pour rendre justice à cette course de difficulté supérieure.

Pour le classement par équipe le cas d'un coureur terminant cinquième sur cinq dans une catégorie avec peu de participation et qui rapportait plus de points pour son équipe qu'un coureur terminant dixième sur cinquante dans une catégorie à forte participation, a amené à pondérer les points individuels pour la compilation des points des équipes. Le système retenu pondère les points individuels linéairement de 40% pour une course ne comptant qu'un seul coureur, jusqu'à 120% pour une course comptant 40 coureurs (20 coureurs dans le cas du défi Gaston Langlois) et plus. Ainsi, pour la majorité des courses qui se voient octroyées 25 points au premier coureur du classement individuel, la pondération donnera un pointage au niveau de l'équipe de 10 points dans le cas d'une course à un seul coureur, 14,62 pour 10 coureurs, 19,74 pour 20 coureurs, 24,87 pour 30 coureurs et finalement un pointage de 30 points pour 40 coureurs et plus. Les pondérations seront calculés en tenant compte du nombre exact de coureurs prenant le départ, et les pondérations appliquées pour le classement des équipes seront montrés en entête des classements individuels.

Pour le calcul des points d'équipe, seuls les résultats des cinq (5) meilleurs coureurs, pondérés selon la méthode précédemment explicitée, sont retenus. Il peut s'agir d'une combinaison de maîtres A, B, C, D et femmes. Aucun minimum de coureurs n'est nécessaire pour marquer des points. On notera que le regroupement des coureurs indépendants fait l'objet d'un classement à titre indicatif seulement.

GRILLE 2006 DES POINTS SUPER-PRESTIGE														
Position	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	Finissants
Route et CLM normale	25	20	17	15	13	11	10	9	8	7	6	5	4	4
Route Charlevoix	30	25	20	17	15	13	11	10	9	8	7	6	5	4
CLM Charlevoix et Sutton + Prologue Sutton	10	8	6	5	4,5	4	3,5	3	2,5	2	1,5	1	1	1
Critérium Charlevoix et Sutton	7,5	6	5,5	5	4,5	4	3,5	3	2,5	2	1,5	1	1	1